



WEGWEISER ZUR SELBSTHILFE

FÜR DEN LANDKREIS BIBERACH



VORWORT

Liebe Leserinnen und Leser,

es gibt Situationen im Leben, die uns aus der Bahn werfen. Sei es eine Krankheit, ein Verlust oder eine private Krise. In solchen Momenten fühlen wir uns oft allein und hilflos. Selbsthilfegruppen bieten hier eine vertrauliche und gemeinschaftliche Anlaufstelle.

Im Landkreis Biberach gibt es etwa 65 Selbsthilfegruppen, die von der Selbsthilfekontaktstelle KIGS Biberach koordiniert werden. Von Gruppen für psychische Erkrankungen über chronische Erkrankungen bis hin zu Angehörigengruppen – für viele Menschen bietet eine Selbsthilfegruppe den richtigen Rahmen, um sich verstanden zu fühlen und offen über die eigenen Gedanken und Gefühle sprechen zu können.

Im Gespräch mit Gleichbetroffenen geht es nicht um eine professionelle Beratung, sondern um den Austausch auf Augenhöhe und das Schöpfen neuer Kraft zur Bewältigung der schwierigen Zeiten. Der Fokus liegt auf der gegenseitigen Unterstützung und der Erfahrung, dass man mit seinen Problemen nicht allein ist. Der Austausch von Tipps und Erfahrungen wird dabei zum wichtigen Impulsgeber für neue Wege. Dabei ist die Selbsthilfe sehr facettenreich, ob als Gesprächsrunde, Online-Interaktion oder gemeinsame Aktivität.

Die positive Wirkung von Selbsthilfegruppen beschränkt sich nicht nur auf den Austausch in Gesprächskreisen. Selbsthilfegruppen sind ein zentraler Bestandteil des sozialen Netzwerkes im Landkreis Biberach, denn durch das Zusammenkommen und der Weitergabe von Wissen und Erfahrungen dient die Selbsthilfe auch als politische Interessenvertretung zur Förderung von Solidarität und Zusammenhalt. Denn gemeinsam sind wir alle stark!

Dieser Selbsthilfewegweiser soll Ihnen die Suche erleichtern, Isolation abbauen und Sie ermutigen Kontakt aufzunehmen.

Sie sind sich unsicher oder finden keine passende Gruppe?
Nehmen Sie gerne mit uns Kontakt auf – wir helfen Ihnen gerne weiter.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Stöbern!
Ihre KIGS Biberach

Lisa Fey

Lisa Huber

WIR SIND GESUNDNAH!



Sehr geehrte Damen und Herren,

unser Motto GESUNDNAH sagt alles: Gesundheit und Nähe gehören für uns, die AOK Baden-Württemberg, untrennbar zusammen.

Wir pflegen alle unsere Beziehungen sorgsam. Wir wissen was die Menschen in der Region bewegt und handeln entsprechend. Kurzum: Wir sind für Sie da. Wir nehmen uns Zeit, hören Ihnen zu und kümmern uns um Ihre Fragen und Wünsche.

Jeden Tags aufs Neue engagieren wir uns für Sie und Ihre Gesundheit. Wir helfen Ihnen mit unseren Experten, Leistungen und Produkten gesund zu bleiben oder gesund zu werden. Das ist unser Anspruch.

All dies wird erst möglich durch den tatkräftigen Einsatz aller unser Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Jeden Tag geben sie ihr Bestes für all die Menschen, die sich uns anvertrauen. Sie geben Hilfe zur Selbsthilfe, denn Prävention und Eigeninitiative gehen Hand in Hand. Den Erfolg unseres Unternehmens verdanken wir all den Menschen, für die die AOK mehr ist als nur ein Arbeitgeber.

Seit mehr als 35 Jahren unterstützt die AOK Ulm-Biberach die Aktivitäten der gesundheitsbezogenen Selbsthilfe durch finanzielle und infrastrukturelle Hilfen. Sie ist auch Träger der KIGS Biberach, der Anlaufstelle für alle Menschen und Selbsthilfeinteressierten im Landkreis Biberach. Die Zusammenarbeit hat sich in jeder Hinsicht bewährt, denn gemeinsam sind wir stärker.

Herzliche Grüße

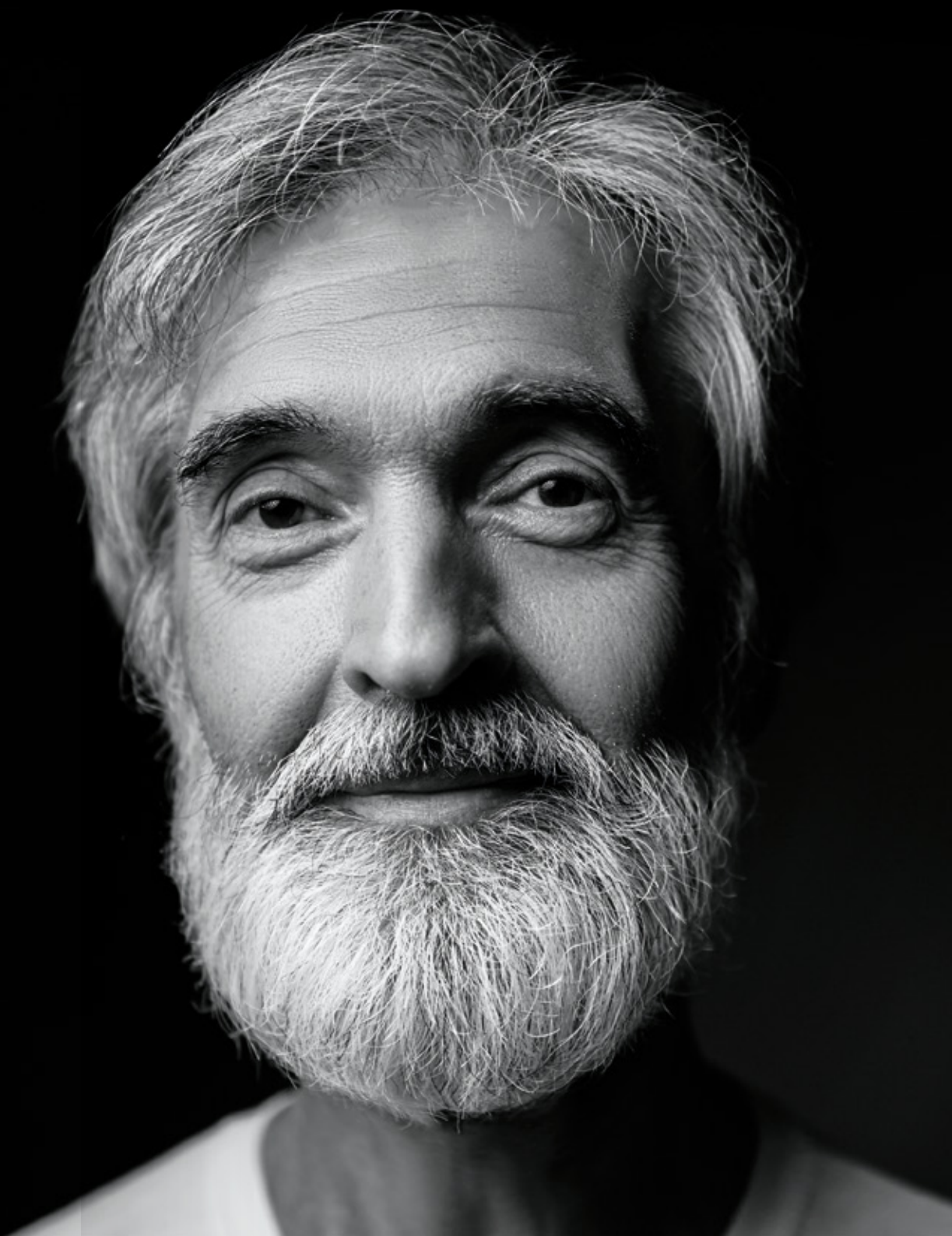
Ihre AOK – Die Gesundheitskasse Ulm-Biberach

Dr. Sabine Schwenk
Geschäftsführerin

Christian Strobel
Stv. Geschäftsführer

ICH HATTE DIE
IDEE ANDERE
GLEICHGESINNTE
ZU SUCHEN.

ES GAB KEINE SELBSTHILFEGRUPPE,
ALSO HABEN WIR EINE GEGRÜNDET.
DAS WAR MEIN RETTUNGSANKER IN
DIESER DRAMATISCHEN ZEIT. ES WAR
EIN NEUER WEG, DEN WIR GEGANGEN
SIND UND AUCH HEUTE NOCH GEHEN





KONTAKT- UND INFORMATIONSTELLE FÜR GESUNDHEITLICHE SELBSTHILFE- GRUPPEN

Für den Landkreis Biberach ist die kassenunabhängige Selbsthilfekontaktstelle KIGS zuständig. Träger der Kontaktstelle ist die AOK Ulm-Biberach. Ratsuchende werden von zwei Ansprechpartnerinnen, auf Wunsch auch anonym, unterstützt. Beratungen können telefonisch, per Mail oder persönlich nach Terminvereinbarung erfolgen.

Was bietet die KIGS?

- | Vermittlung in eine Selbsthilfegruppe
- | Unterstützung und Beratung bei der Gründung einer Selbsthilfegruppe
- | Aufnahme in das Selbsthilfegruppenverzeichnis im Landkreis Biberach
- | Informationen über Finanzierungsmöglichkeiten
- | Beratung in schwierigen Gruppenprozessen
- | Fortbildungsveranstaltungen für bestehende Selbsthilfegruppen
- | Unterstützung bei der Öffentlichkeitsarbeit
- | Interessenvertretung der Selbsthilfe durch Beteiligung und Netzwerkarbeit

Postadresse KIGS Biberach

AOK Ulm-Biberach
Sozialer Dienst / KIGS
Zeppelinring 2-4
88400 Biberach



Lisa Fey

Telefon: 0711 6525 14171
kigs-bc@bw.aok.de



Lisa Huber

Telefon: 0711 6525 12136
kigs-bc@bw.aok.de

Was bedeutet Selbsthilfe?

SELBSTHILFE BEDEUTET, DIE EIGENEN PROBLEME SELBST IN DIE HAND ZU NEHMEN

Zum Leben eines jeden Menschen gehören in unserer sich ständig verändernden Welt schwierige Zeiten und Krisen genauso wie schöne Abschnitte. In diesen schwierigen Zeiten benötigen wir Stabilität und Unterstützung.

Die Selbsthilfe ergänzt durch Erfahrungen von Betroffenen das professionelle Gesundheitssystem. Selbsthilfe bedeutet, die Herausforderungen des Lebens selbst in die Hand zu nehmen und aktiv im Rahmen der eigenen Möglichkeiten nach Lösungswegen zu suchen. Ziel ist es zu lernen, mit einer Krankheit zu leben bzw. mit der veränderten Lebenslage besser umzugehen und somit die eigene Lebensqualität zu verbessern.

Selbsthilfe wirkt, weil...

- | Gleichbetroffene Verständnis aufbringen
- | ein gemeinsames Thema verbindet
- | alle Teilnehmenden gleichgestellt sind
- | Besprochenes vertraulich bleibt
- | Betroffenen zugehört wird, ohne zu werten
- | ein regelmäßiger Austausch stattfindet
- | man nicht allein ist
- | gemeinsam Vieles leichter ist

EIN ARZT IST
MEDIZINISCH, DER
BEHANDELT
MEINEN KÖRPER.

ABER MEINE SEELE, DAS WAS
MICH ALS MENSCH AUSMACHT,
PROBLEME MIT MEINEM MANN,
MEINE GEDANKEN. ALL DIESE
DINGE KÖNNEN IN MEINER
SELBSTHILFEGRUPPE
BESPROCHEN WERDEN



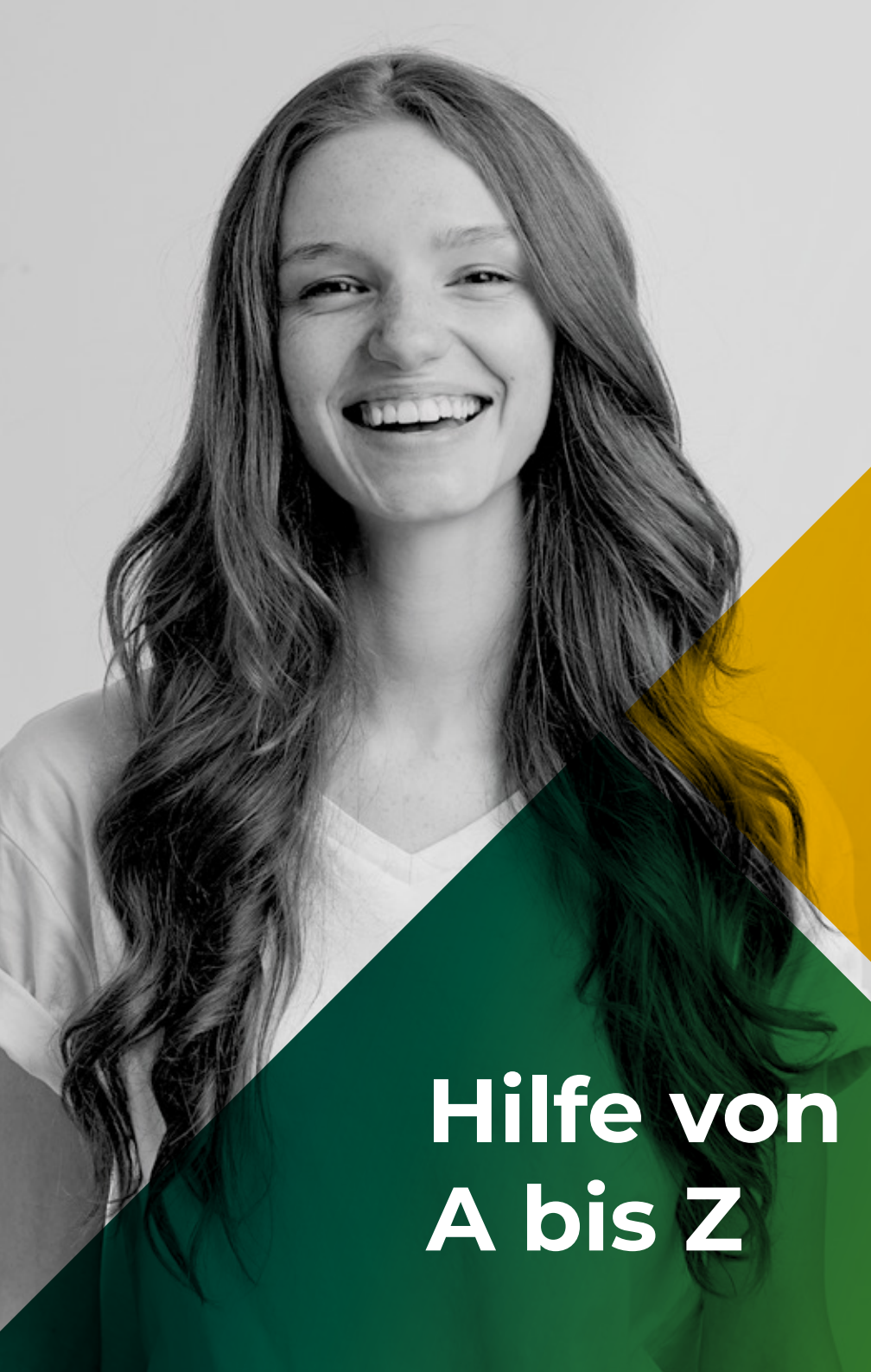
Wie arbeiten Selbsthilfegruppen?

- | Mehrere Menschen (Betroffene und/oder Angehörige) schließen sich mit einem gemeinsamen Thema zusammen.
- | Es finden regelmäßige Treffen statt.
- | Die Inhalte und Zielsetzungen der Treffen können von allen Teilnehmenden mitgestaltet werden.
- | Die organisatorischen Aufgaben wie Vorbereitung und Durchführung erfolgt ehrenamtlich bzw. unentgeltlich und können in der Gruppe verteilt werden.
- | Die Teilnahme ist freiwillig und in der Regel kostenfrei.
- | Die Aktivitäten werden nicht professionell angeleitet, sondern eigenverantwortlich von ihren Mitgliedern geführt.



Aus verschiedenen Gründen wie z.B. dem Krankheitsbild, den starken Belastungen der Mitglieder o.Ä. findet in einigen Gruppeninitiativen eine professionelle Anleitung durch SozialarbeiterInnen, TherapeutInnen, ÄrztInnen o.Ä. statt. Diese Gruppen entsprechen nicht der Definition einer Selbsthilfegruppe, dennoch liegt der Selbsthilfe-Gedanke zu Grunde. Diese Gruppeninitiativen sind auf den folgenden Seiten entsprechend mit einem Sternchen markiert.





Hilfe von A bis Z

Alkoholabhängigkeit	17
Angst und Panik	17
Behinderung	17
Burnout	18
Darmerkrankung	18
Demenz	18
Depression	18
Diabetes	21
Drogenabhängigkeit	21
Epilepsie	21
Erziehung	21
Essstörungen	22
Gehörlosigkeit	22
Hochsensibilität	23
Impfnebenwirkung	23
Krebserkrankung	23
Multiple Sklerose	24
Neurodermitis	27
Neurofibromatose	27
Parkinson	27
Pflegende Angehörige	28
Psychische Gesundheitsstörung	30
Sehbehinderung	34
Suchterkrankung	35
Suizid	40
Trauer	40
Zwänge	42

* Gruppen, welche professionell angeleitet werden, sind mit einem Sternchen gekennzeichnet.

A

ALKOHOLABHÄNGIGKEIT

siehe Stichwort „Suchterkrankung“

ANGST UND PANIK

Angst- und Panikerkrankte Warthausen

Roswitha Hirsch
07351 13237
rundr.hirsch@t-online.de

Angst- und Panikerkrankte Rottal/Illertal

Christoph Maitre
0160 6294288
christoph.maitre@gmx.de

B

BEHINDERUNG

„Lustige Truppe“ Biberach* Eltern und Angehörige von Kindern mit Behinderung

Lebenshilfe Biberach
07351 15740 o. 07351 1574 13
info@lebenshilfe-bc.de

Klumpfuß-Selbsthilfegruppe Oberschwaben

Sonja Hummel
0173 1921401
hummel.sonja@posteo.de

BURNOUT

siehe Stichwort „Psychische Gesundheitsstörung“

DARMERKRANKUNG

Deutsche Ilco e.V. Gruppe Biberach

Reinhold Schaub
07351 575756

DEMENZ

Demenz-Aktiv*

Michael Wissussek
07582 9334730
wissu@gmx.de
www.demenzpflege-riedlingen.de

Gesprächsgruppe für Angehörige von demenzerkrankten Menschen*

Pflegestützpunkt Biberach
Claudia Bösch
07351 527639
claudia.boesch@biberach.de
www.biberach.de

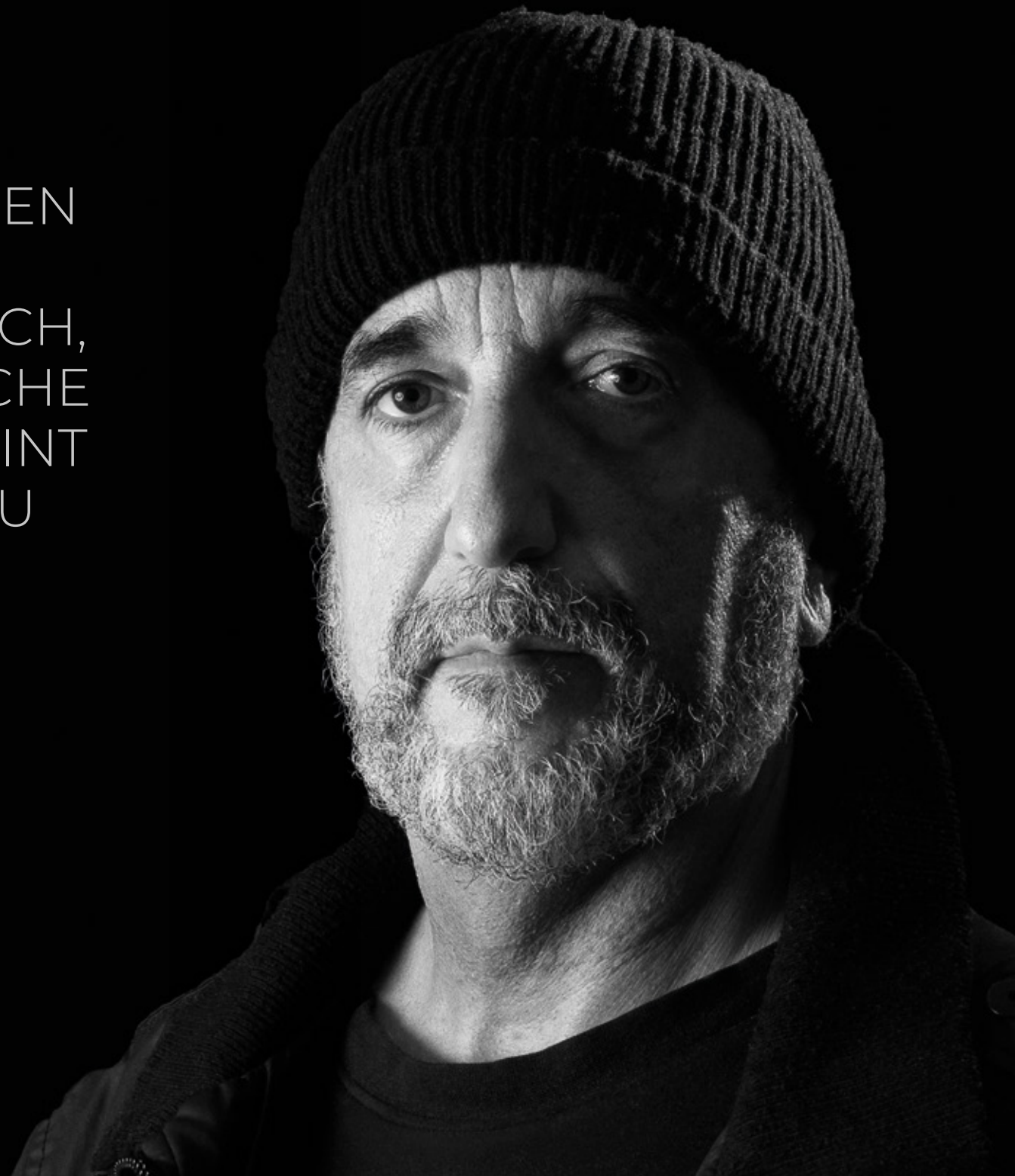
DEPRESSION

siehe Stichwort „Psychische Gesundheitsstörung“

D

DIE ERSCHÜTTERUNGEN
UND ERFAHRUNGEN
SIND UNTERSCHIEDLICH,
ABER DAS WESENTLICHE
– DAS GEFÜHL – SCHEINT
OFT GANZ ÄHNLICH ZU
SEIN.

ICH HABE MICH NOCH NIE SO
VERSTANDEN GEFÜHLT WIE IN
DER GRUPPE



E

DIABETES

Selbsthilfegruppe für Diabetiker Laupheim

Gabriele Rupf
07392 7544
g.rupf@diabetiker-bw.de

DROGENABHÄNGIGKEIT

siehe Stichwort „Suchterkrankung“

EPILEPSIE

Epilepsie Laupheim

Josefine Kozlowski
07392 8334
josefine.kozlowski@t-online.de

ERZIEHUNG

Spaziergangsgruppe „Hallo Baby“* für Eltern mit ihren Kindern bis zum Kindergartenalter zum gemeinsamen Spaziergang und Austausch

Stadtteilhaus Gaisental
Rahel Büttner
07351 301128
Rahel.Buettner@stadtteilhaus-gaisental.de
www.stadtteilhaus-biberach.de

Alleinerziehenden-Treff*

Stadtteilhaus Gaisental
Frau Rosewich
07351 301128
angelika.rosewich@stadtteilhaus-gaisental.de
www.stadtteilhaus-biberach.de

Offener Elterntreff International* für Familien aus allen Herkunftsländern zum Kaffeetrinken, Spielen und Austausch

Stadtteilhaus Gaisental
Rahel Büttner
07351 301128
Rahel.Buettner@stadtteilhaus-gaisental.de
www.stadtteilhaus-biberach.de

ESSSTÖRUNGEN

siehe Stichwort „Suchterkrankung“

GEHÖRLOSIGKEIT

Gehörlosenverein Biberach/Riß e.V.

Dieter Steuer
Fax 07128 3592
dieter.steuer@web.de
www.vereine-der-hoergeschaedigten.jimdo.com

G

H

HOCHSENSIBILITÄT

Hochsensible Menschen im Gespräch Biberach

Cornelia Schulze
07351 373811
hochsensibel-biberach@posteo.de

I

IMPFNEBENWIRKUNG

Nebenwirkungen nach Corona-Impfung Alb-Donau-Kreis und Kreis Biberach

Klaus Breymaier
07393 3598
shg-nebenwirkungen-corona-impfung-a-d-k@
web.de

K

KREBSERKRANKUNG

Frauenselbsthilfegruppe Krebs Biberach

Erika Tinter
07358 924622
erika.tinter@web.de

Gesprächskreis Frauen mit und nach Krebs Laupheim

Margarete Schad
07392 10665
margret-schad@gmx.de

Prostatakrebs Selbsthilfegruppe Bad Buchau-Federsee

Herbert Oelhaf
0173 4031255
prostata-shg-bb-federsee@outlook.de

MULTIPLE SKLEROSE

Amsel Kontaktgruppe Biberach

Monika Füger
07351 4290846
biberach@amsel.de
www.amsel.de

Amsel Kontaktgruppe BC - junge MS-Erkrankte

Christian Walz
07351 5778665
biberach2@amsel.de
www.amsel.de

MS Gruppe Laupheim für erkrankte Menschen und deren Angehörige

Friedhelm Utz
0160 094719290
info@ms-gruppe-laupheim.com
www.ms-gruppe-laupheim.com

M

DER AUSTAUSCH IST
MIR SEHR WICHTIG.

ER GIBT MIR EINEN SCHUB
MOTIVATION UND ICH NEHME
JEDES MAL EIN MOSAIKSTEINCHEN
FÜR MICH MIT



N

NEURODERMITIS

Selbsthilfegruppe Neurodermitis Biberach

Dr. Eva-Maria Dünkel
07351 31322

NEUROFIBROMATOSE

Selbsthilfegruppe Neurofibromatose

Andrea Breymaier
07393 3598
breymaier@neurofibromatose.de
www.bv.nf.de

P

PARKINSON

dPV Regionalgruppe Biberach/Riss

Walter Dollmann
07351 5789587
Josef Ehrmann
07351 23391
SHG@bc-parkinson.de
www.parkinson-biberach-riss.de

PFLEGENDE ANGEHÖRIGE

Gesprächskreis für pflegende Angehörige Bad Buchau/Federsee*

Caritas Biberach-Bad Saulgau
Andrea Müller
07351 8095190
mueller.an@caritas-biberach-saulgau.de
www.caritas-biberach.de
www.basisversorgung-biberach.de

Gesprächskreis für pflegende Angehörige Biberach*

Caritas Biberach-Bad Saulgau
Andrea Müller
07351 8095190
mueller.an@caritas-biberach-saulgau.de
www.caritas-biberach.de
www.basisversorgung-biberach.de

Gesprächskreis für pflegende Angehörige Erolzheim/Illertal*

Diakonie Biberach
Irene Richter
0174 5836736
richter@diakonie-biberach.de
www.basisversorgung-biberach.de

**Gesprächskreis für pflegende Angehörige
Laupheim***

Sozialstation Laupheim-Schwendi
Monika Adolph
07392 169110
monika.adolph@drs.de
www.seniorenzentrum-laupheim.de

**Gesprächskreis für pflegende Angehörige
Ochsenhausen***

Diakonie Biberach
Irene Richter
0174 5836736
richter@diakonie-biberach.de
www.basisversorgung-biberach.de

**Gesprächskreis für pflegende und sorgende
Angehörige Riedlingen***

Katholische Sozialstation
Simone Weber
07371 932027
weber@sozialstation-riedlingen.de
www.sozialstation-riedlingen.de

**Gesprächskreis für pflegende Angehörige
Schemmerhofen***

Diakonie Biberach
Karl-Heinrich Gils
07351 150250
Seniorenbeauftragte
Imgard Ruf
07356 935624
www.basisversorgung-biberach.de

PSYCHISCHE GESUNDHEITSSTÖRUNG

**„irgendwie anders“ Gruppenangebot
für Kinder von sucht- und psychisch
belasteten Eltern***

Caritas Biberach-Bad Saulgau
Jenny Gäckle
07351 8095140
gaeckle.j@caritas-biberach-saulgau.de
Kerstin Riester
07351 8095170
riester.k@caritas-biberach-saulgau.de

Selbsthilfegruppe Depression

Zurück ins Leben e.V. Biberach
07351 5772005
zil-bc@gmx.de
www.zil-bc.de

WENN ICH JETZT
ZURÜCKBLICKE,
HATTE ICH RICHTIG
HARTE SCHICKSALS-
SCHLÄGE.

MEIN GLÜCK WAR, DASS ICH MICH
NICHT VERKROCHEN HABE,
SONDERN HILFE, RAT UND
UNTERSTÜTZUNG GESUCHT
HABE.



**Selbsthilfegruppe für Angehörige von
Menschen mit Depression**

Zurück ins Leben e.V. Biberach
07351 5772005
zil-bc@gmx.de
www.zil-bc.de

Netzwerk Burnout und Depression

07351 3741849
www.bela-ev.com

**Selbsthilfegruppe für psychisch belastete
Menschen Ochsenhausen**

Philotea Fundinger
07352 8043

**Gemeindeclub mit und für psychisch Kranke*
Bad Schussenried, Laupheim, Ochsenhausen,
Riedlingen**

GPZ Biberach
07351 34951200
zentrum@gpz-biberach.de
www.gpz-zentrum.de

**Menschen mit Zwangserkrankungen und
deren Angehörige**

Arndt Sichler
0176 54821620
weissdorn101@gmail.com

SEHBEHINDERUNG

**Blinden- und Sehbehindertenverband
Württemberg e.V.**

Bezirksgruppe Alb-Donau-Riß

Gertrud Vaas
0731 92700737
alb-donau-riss@bsv-wuerttemberg.de

**Selbsthilfegruppe für altersbedingte Makula
Degeneration Biberach**

Juliane Häußler
07351 5298165

**Pro Retina Deutschland e.V.
Regionalgruppe Ulm-Oberschwaben**

Dr. Peter Schröder
07392 93093
schroeder.laupheim@gmail.com
www.pro-retina.de



SUCHTERKRANKUNG

„irgendwie anders“ Gruppenangebot für Kinder von sucht- und psychisch belasteten Eltern*

Caritas Biberach-Bad Saulgau
Jenny Gäckle
07351 8095140
gaeckle.j@caritas-biberach-saulgau.de
Kerstin Riester
07351 8095170
riester.k@caritas-biberach-saulgau.de

Anonyme Alkoholiker Biberach

Kontakttelefon 07351 421033
www.anonyme-alkoholiker.de

Blaues Kreuz in Deutschland e.V. Begegnungsgruppe Biberach

Irmgard Ruf
07356 4444
irmgard.ruf@blaues-kreuz.com

Kreuzbund e.V. Gruppe Bad Schussenried

Stefan Höhe
07561 9856900
badschussenried@kreuzbundgruppen.de

Kreuzbund e.V. Gruppe Biberach 1

Ingrid Fuchs
07393 1235
biberach1@kreuzbundgruppen.de

Kreuzbund e.V. Gruppe Biberach 2 Info- und Motivationsgruppe sowie Menschen mit Essstörungen

Karl Angele
0152 22676501 o. 07351 5772914
biberach2@kreuzbundgruppen.de

Kreuzbund e.V. Gruppe Biberach 3

Jürgen Frech
07356 91155 o. 0171 4086365
biberach3@kreuzbundgruppen.de

Kreuzbund e.V. Gruppe Biberach 4 Drogen

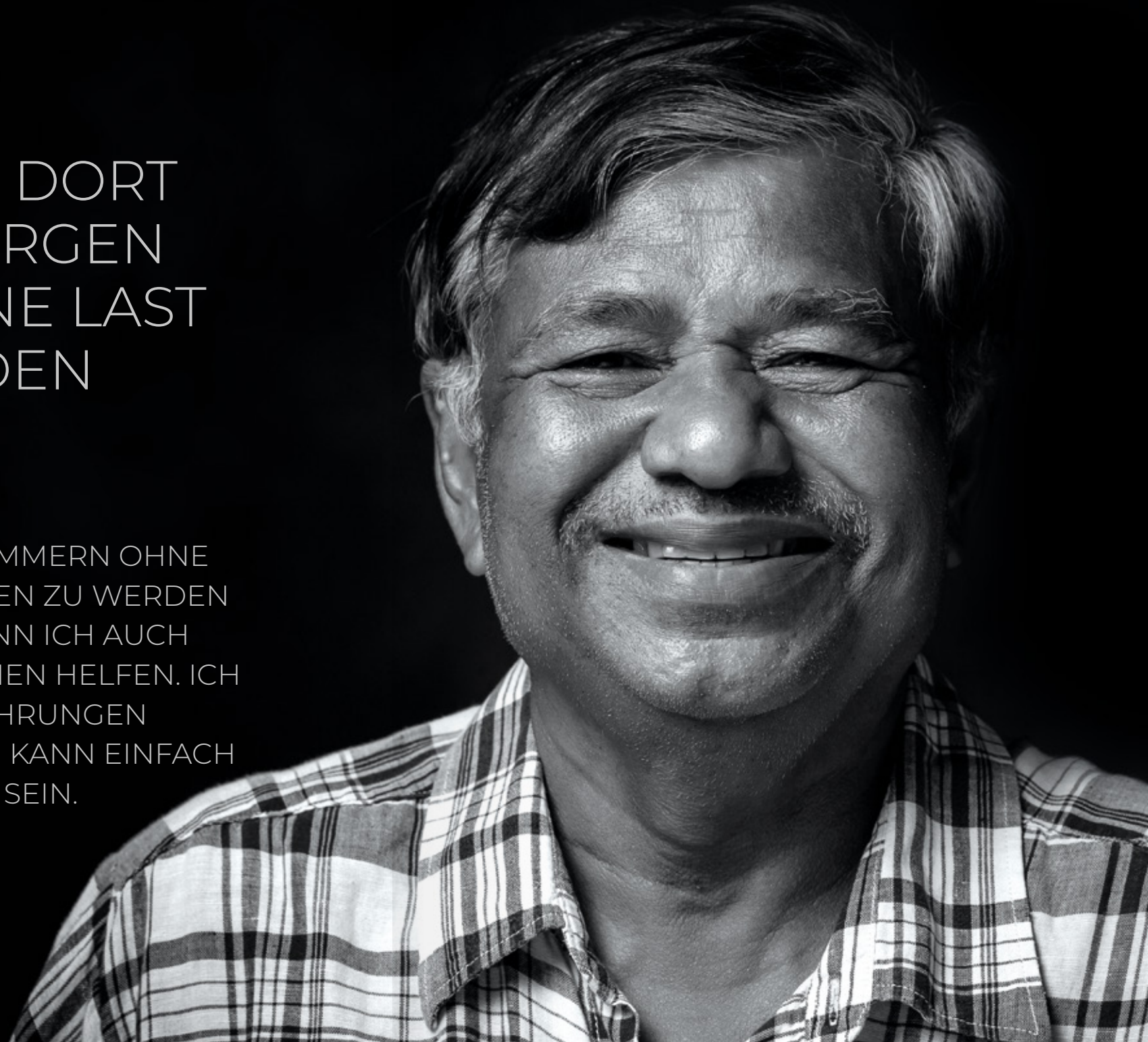
Manfred Pfaff
07352 7660
biberach4@kreuzbundgruppen.de

Kreuzbund e.V. Frauengesprächskreis Biberach

Ingrid Fuchs
07393 1235
biberach-fgk@kreuzbundgruppen.de

ICH KANN DORT
MEINE SORGEN
UND MEINE LAST
LOSWERDEN

UND AUCH MAL JAMMERN OHNE
SCHRÄG ANGESEHEN ZU WERDEN
ANDERERSEITS KANN ICH AUCH
ANDEREN MENSCHEN HELFEN. ICH
KANN MEINE ERFAHRUNGEN
WEITERGEBEN. ICH KANN EINFACH
ZUHÖREN UND DA SEIN.



Kreuzbund e.V. Männeraktivkreis Biberach

Karl Brunner
07391 54829
Thomas Heck
07371 9296918
biberach-mak@kreuzbundgruppen.de

Kreuzbund e.V. Gruppen Laupheim 1 und 2

Walter Manz
07305 925821
Stefan Saalmüller
07352 940850
laupheim@kreuzbundgruppen.de

Kreuzbund e.V. Gruppe Ochsenhausen

Kurt Schmal
07352 2791
ochsenhausen@kreuzbundgruppen.de

Kreuzbund e.V. Gruppe Riedlingen

Thomas Heck
07371 9296918
Kurt Käser
07371 5105
riedlingen@kreuzbundgruppen.de

SUIZID

AGUS - Angehörige um Suizid Biberach

Martha Wahl
07583 770
martha.wahl@gmx.de

TRAUER

Offener Trauerkreis Bad Buchau und Biberach*

Kontaktstelle Trauer

Caritas Biberach-Bad Saulgau
Silke Jones
07351 8095109
jones.s@caritas-biberach-saulgau.de

Kath. Dekanat Biberach
Renate Fuchs
07351 8095407
renate.fuchs@drs.de

Kath. Dekanat Saulgau
Björn Held
07351 8095400
bjoern.held@drs.de



Trauergruppe für jung Verwitwete*

Zwischen 30 und 55 Jahren, die ihre*n Partner*in verloren haben

Kontaktstelle Trauer

Caritas Biberach-Bad Saulgau

Silke Jones

07351 8095109

jones.s@caritas-biberach-saulgau.de

Kath. Dekanat Biberach

Renate Fuchs

07351 8095407

renate.fuchs@drs.de

Kath. Dekanat Saulgau

Björn Held

07351 8095400

bjoern.held@drs.de

Trauercafé Bad Schussenried*

Kath. Kirchengemeinde St. Magnus

Gertrud Buck

07583 3147

Trauergruppe „Sorgsam“ Biberach*

St. Elisabeth-Stiftung

Hospiz Haus Maria

Martina Haitz

07351 152250

www.st-elisabeth-stiftung.de

Trauergruppe „Ein Hauch von Leben“

Biberach* für Eltern, die ihr Kind in der Schwangerschaft oder nach der Geburt verloren haben

Caritas Biberach-Bad Saulgau

Schwangerschaftsberatungsstelle

Ruth Seethaler

07351 8095230

Annette Merkle

07351 303760

KonTiki - Selbsthilfegruppe für verwaiste Eltern

Biberach / Riedlingen / Sigmaringen

Sonja Schelkle

0172 7358683

Sonja Schädler

07351 827938

info@kontiki-bc.de

www.kontiki-bc.de

ZWÄNGE

siehe „Psychische Gesundheitsstörung“



SO SCHWER DIE
THEMEN AUCH
SIND, SO TRAUERIG
MAN AUCH IST,

DAS GRUPPENTREFFEN ENDET IMMER
MIT EINEM LÄCHELN UND OFT HÖRE
ICH EIN „ES WAR SCHÖN BEI EUCH“



Sie haben keine passende Selbsthilfegruppe zu Ihrem Thema gefunden?



Über die NAKOS (Nationale Kontaktstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen) können Sie eine bundesweite Suche starten um auch bei seltenen Erkrankungen Austauschmöglichkeiten zu finden. Sie erreichen NAKOS über deren Webseite www.nakos.de

Oder Sie gründen selbst eine neue Gruppe.
Das Team der KIGS Biberach berät Sie gerne.



Wir möchten auf Datenschutz- und Urheberrechte hinweisen:

Die aufgeführten Selbsthilfegruppen haben der Veröffentlichung in diesem Wegweiser zugestimmt. Alle in dieser Broschüre aufgeführten Daten dürfen nicht für kommerzielle Zwecke verwendet oder für eine solche Nutzung weitergegeben werden. Die Leser erkennen an, dass alle Rechte der Verbreitung bei dem Herausgeber dieser Broschüre liegen.

KIGS Biberach

Zeppelinring 2-4

88400 Biberach

kigs-bc@bw.aok.de

Mit freundlicher Unterstützung
der AOK – Die Gesundheitskasse
Ulm-Biberach

