

SELBSTHILFE STEIERMARK

Gruppenverzeichnis 2024



– jugend am werk

Gefördert von:



Gefördert aus den Mitteln
der Sozialversicherung

Druchgeführt von:

jugend am werk _

Impressum

Medieninhaber und Herausgeber: Jugend am Werk Steiermark GmbH. Für den Inhalt verantwortlich: Selbsthilfe Steiermark (Elisabeth Bachler), Lauzilgasse 25, 8020 Graz/Österreich, Tel. +43 (0) 50 / 7900 5910, office@selbsthilfe-stmk.at, www.selbsthilfe-stmk.at. Fotos: Ursula Kothgasser/www.koco.at, Jugend am Werk Steiermark/Wilfried Mörtl, Shutterstock/topseller, iStock/BraunS. Kunstbilder: Jugend am Werk – Malwerkstatt. Layout und Gestaltung: GLDDGGRS, www.glddgrs.com. Druck: Druckwerk6 GmbH. Alle Inhalte vorbehalten Satz- und Druckfehler. Änderungen vorbehalten.

Vorwort



Partner:innen im Gesundheitswesen

Über 190 steirische Selbsthilfegruppen bieten Unterstützung zu unterschiedlichsten Themen – von Erkrankungen über Beeinträchtigungen bis hin zu psychischen und sozialen Belastungen. Damit sind Selbsthilfegruppen mit ihren vielfältigen und eigenständigen Leistungen unverzichtbare Partner:innen im Gesundheits- und Sozialwesen in der Steiermark.

Die Selbsthilfe Steiermark als Service- und Kontaktstelle hat dabei eine wichtige Funktion inne. Sie bietet den organisatorischen Rahmen für bestehende Selbsthilfegruppen, unterstützt bei der Gründung, steht für Qualitätsentwicklung in der Selbsthilfe und fungiert als Sprachrohr zu relevanten Gesundheits- und Sozialeinrichtungen.

Das aktualisierte Gruppenverzeichnis ist dabei ein wichtiges Hilfsmittel.

Es gibt einen genauen Überblick über bestehende steirische Selbsthilfegruppen und -organisationen und macht die Arbeit und die Vielfältigkeit der Selbsthilfeangebote sichtbar und zugänglich. Gleichzeitig unterstützt es Professionist:innen in Gesundheits- und Sozialeinrichtungen, um Betroffene und Interessierte auf geeignete Selbsthilfeangebote aufmerksam zu machen.

Als Service- und Kontaktstelle möchten wir damit die wichtige und wertvolle ehrenamtliche Arbeit der Selbsthilfegruppen unterstützen und ein Umfeld gestalten in dem Gesundheit und eigeninitiatives Handeln gefördert werden.

Elisabeth Bachler
Teamleitung Selbsthilfe Steiermark

Wofür steht die Selbsthilfe Steiermark?



Die Selbsthilfe Steiermark als Service- und Kontaktstelle steht für Qualitätsentwicklung und Förderung der Selbsthilfeangebote und -aktivitäten in der Steiermark

Ziele und Aufgaben

Zu unseren Zielen und Aufgaben zählen die Selbsthilfe zu stärken, die Vielfalt der Angebote sichtbar zu machen, die Kräfte zu bündeln, gemeinsame Anliegen nach außen zu vertreten und das unverzichtbare Engagement der steirischen Selbsthilfegruppen zu fördern.

„Wir schaffen Rahmenbedingungen, die ein effektives Arbeiten und eine Aktivierung der Selbsthilfe ermöglichen.“

Information

Welche Selbsthilfegruppen haben wir in der Steiermark und wo finden Sie diese? Welche Formen der Selbsthilfe gibt es und wie arbeiten die verschiedenen Selbsthilfegruppen? Gerne informieren wir Sie über das vielfältige Angebot der steirischen Selbsthilfegruppen.

Darüber hinaus ist es uns ein Anliegen, die Qualität der Selbsthilfe zu fördern und deren Möglichkeiten und Grenzen aufzuzeigen.

Servicestelle

Wir unterstützen bestehende Selbsthilfegruppen in ihren Aktivitäten und bieten **Beratung und Begleitung** bei Gruppengründungen.

Qualitätsentwicklung

Um für die Selbsthilfe relevantes Know-how zur Verfügung zu stellen, organisieren wir **Weiterbildungen, Seminare** und ein **Gründer:innen-Service** für neue Gruppenverantwortliche. Ein wichtiger Schwerpunkt ist die Unterstützung von Projekten und Initiativen der Selbsthilfe im Bereich der Gesundheitsförderung.

Netzwerkarbeit und Interessenvertretung

In **Selbsthilfe-Netzwerktreffen** unterstützen wir den Austausch der einzelnen Selbsthilfegruppen untereinander und mit relevanten Partner:innen des Gesundheits- und Sozialbereiches steiermarkweit. Als **Interessenvertretung** zeigen wir die Anliegen der Selbsthilfegruppen auf. Wir gestalten Schnittstellen zwischen professioneller Unterstützung und Selbsthilfegruppen und fördern so den Dialog zwischen den unterschiedlichen Akteur:innen des Gesundheits- und Sozialbereiches. Gerne treten wir mit ihnen in Dialog, um gemeinsam Chancen und Potenziale der Selbsthilfe zu entfalten.



Bewusstseinsbildung in der Öffentlichkeit

Wir stellen Selbsthilfegruppen in den Mittelpunkt unserer Tätigkeit und zeigen was Selbsthilfe alles leistet. Auf unserer Website www.selbsthilfe-stmk.at finden Sie alle Informationen zu unseren Veranstaltungen, Fortbildungen, Projekten und ein tagesaktuelles Gruppenverzeichnis. Über Newsletter informieren wir regelmäßig über Projekte und aktuelle Themen.

Was ist Selbsthilfe?

Selbsthilfe hat zum Ziel, sich auf Ebene der gemeinsamen Betroffenheit zu verständigen, um soziale Kompetenzen zu stärken. Es wird ein Arbeitsrahmen geschaffen, indem ein gleichberechtigtes Miteinander für alle Beteiligten möglich ist. Zusammen mit anderen nehmen Menschen in Selbsthilfegruppen ihr Schicksal in eigene Hände. Sie sprechen über ihre eigenen Erfahrungen bei medizinischen, therapeutischen, finanziellen oder rechtlichen Fragen und finden so gegenseitige Unterstützung, um den Alltag leichter und besser zu bewältigen.

Zusätzlich gibt es einige wichtige Grundsätze für Selbsthilfegruppen:

- » Keine kommerziellen Interessen
- » Partei- und konfessionsunabhängig
- » Keine professionelle Leitung
- » Können kostenlos besucht werden

Wie wirken Selbsthilfegruppen?

Teilnehmer:innen berichten ...

- » Ich bin **motivierter** im Umgang mit meiner Erkrankung.
- » Ich kann die Qualität von **Gesundheitsinformationen** besser beurteilen.
- » Ich bin **zuversichtlicher** im Umgang mit meiner Erkrankung.
- » Ich bin **selbstsicherer** im Umgang mit Fachpersonal.

- » Ich **profitiere** von den Erfahrungen anderer Betroffener.

Was bietet Selbsthilfe?

„Sich nicht alleine fühlen!“

- » **Gemeinschaft** – Freude und Leid teilen
- » **Kommunikation** – offene Resonanz
- » **Wissen** – über Krankheit und Patient:innenrechte
- » **Kompetenz** – in der Krankheitsbewältigung
- » **Partnerschaft** – mit dem Fachpersonal

Wo sind die Grenzen der Selbsthilfe?

Selbsthilfegruppen können eine hilfreiche und unterstützende Ergänzung zu einer medizinischen oder therapeutischen Behandlung sein.

Der Besuch einer Selbsthilfegruppe kann aber eine notwendige Behandlung nicht ersetzen.



Grüßworte



Gemeinsam die Selbsthilfe stärken

Die Österreichische Gesundheitskasse schätzt die oft ehrenamtliche Tätigkeit der Selbsthilfegruppen sehr. Als Teil der Sozialversicherung unterstützen wir gemeinsam mit Partnerinstitutionen regionale und lokale Aktivitäten mit

jährlich 300.000 Euro für ganz Österreich. Nähere Informationen dazu finden Sie auch auf unserer Homepage.

Wir bedanken uns sehr für das Wirken der Selbsthilfegruppen im menschlichen und inhaltlichen Bereich.

**Österreichische
Gesundheitskasse**

Landesrat Dr. Karlheinz Kornhäusl

Unsere Gesundheit ist ein wertvolles Gut. Dennoch neigen viele Menschen dazu, körperliche oder psychische Probleme kleinzureden. Die Devise lautet: Nur niemand anderen damit belasten. Stark sein und das alleine durchstehen. Dabei ist das größte Zeichen von Stärke, sich Hilfe zu suchen, wenn es einem nicht gut geht.

Darüber reden hilft! Selbsthilfegruppen bieten niederschwellig und kostenlos einen Raum für Unterstützung, Verständnis und gemeinsamen Austausch. Menschen mit ähnlichen Erfahrungen können in diesem sicheren Rahmen ihre Gedanken, Emotionen und Bewältigungsstrategien miteinander teilen. Das schafft eine Atmosphäre des Vertrauens und der Offenheit, die es den Teilnehmerinnen und Teilnehmern ermöglicht, sich frei auszudrücken, ohne Angst vor Stigmatisierung oder Unverständnis.

Als wichtige Ergänzung zu einer medizinischen oder therapeutischen Behandlung können Selbsthilfegruppen bei der Verarbeitung eines Verlusts, einer physischen oder psychischen Erkrankung oder dem



© Michaela Lorber

Umgang mit kranken Angehörigen helfen. Zugleich tragen sie zur Bewusstseinsbildung bei und ebnen damit den Weg zu einer offeneren und mitfühlenderen Gesellschaft.

Danke an alle, die die Stärke haben, eine Selbsthilfegruppe zu leiten. Und danke an alle, die den Mut gefunden haben, sich Unterstützung in einer Selbsthilfegruppe zu holen. Jede und jeder einzelne von ihnen ist für andere Vorbild und Inspiration auf dem oft steinigen Weg der Heilung.

Dr. Karlheinz Kornhäusl
Landesrat für Gesundheit, Pflege, Sport

Landesrätin Mag.a Doris Kampus

Liebe Leserin, lieber Leser,
immer wieder müssen Menschen leider erfahren, dass sich das Leben von heute auf morgen auf den Kopf stellt. So etwas kann sich aber auch still und leise und oft unbemerkt über einen längeren Zeitraum ereignen.

Die Reaktion Betroffener ist es dann mitunter, sich abzukapseln. So mag es zu Beginn auch richtig und wichtig sein, sich auf sich selbst zu besinnen und zurückzuziehen. Aber es ist auch eine wohltuende Erfahrung, dass wir erst gemeinsam wirklich stark sind.

Wer Menschen an seiner Seite hat, die Rückhalt und Hoffnung geben, begegnet schwierigen Lebenssituationen mit mehr Gelassenheit und Selbstvertrauen. Das können Familie oder Freunde sein, doch nicht immer finden Menschen in Not auch Begleiter in ihrem unmittelbaren Umfeld. In solchen Situationen erweisen sich Selbsthilfegruppen als besonders hilfreich: Sie führen Menschen zusammen, die ähnliche Erfahrungen teilen. Gesprochen wird im vertraulichen Rahmen meist über weitaus mehr als über das eigentliche Problem. Jede Sorge kann dann Thema sein – egal, ob diese nun im direkten Zusammenhang mit dem belastenden Anliegen steht oder nicht.



© Peter Drechsler

Selbsthilfegruppen sind nicht nur eine Informationsplattform, sondern auch eine Stütze, um schwierigen Situationen mit Mut begegnen zu können und um im Alltag wieder zu mehr Lebensqualität zu finden. Zudem weisen Selbsthilfegruppen in vielen Fällen auch den Weg zu therapeutischen Hilfsangeboten.

Die Steiermark verfügt über viele Gruppen zu unterschiedlichen Themen. Die Übersicht in dieser Auflistung macht sie für Betroffene auf einen Blick sichtbar. Das ist wichtig, denn: „Wer schnell hilft, hilft doppelt“, weiß schon ein altes Sprichwort.

Mag.a Doris Kampus
Landesrätin für Soziales,
Arbeit und Integration

Bürgermeisterin Elke Kahr

Wir alle können etwas zum Positiven verändern. Alleine ist es aber schwer. Sorgen, Probleme, aber auch positive Erfahrungen mit anderen zu teilen macht uns stärker und hilft, neue Perspektiven zu entwickeln.

Selbsthilfegruppen sind ganz wichtig für Menschen mit vielen unterschiedlichen Fragestellungen und Problemlagen.

Sie geben jedem die Möglichkeit, selbst aktiv zu werden und gleichzeitig andere zu unterstützen, sich in einer neuen Situation zurechtzufinden und mit Schwierigkeiten umgehen zu lernen.

Deshalb möchte ich mich bei allen bedanken, die in Selbsthilfegruppen sich selbst und andere stärken. Das kann für viele zu einer großen Stütze werden. Gleichzeitig möchte ich Frau Elisabeth Bachler und ihrem Team dafür danken, dass sie wieder eine aktuelle Übersicht über sämtliche Gruppen in unserem Bundesland zusammengestellt haben, die eine schnelle Orientierung gibt,



© Stadt Graz/Foto Fischer

wohin man sich mit unterschiedlichsten Fragestellungen wenden kann.

Es ist gut, dass die Form der Selbsthilfe eine breite Akzeptanz und auch eine breite Unterstützung hat. Denn neben praktischen Tipps, Erfahrungen und Fertigkeiten, die im Rahmen von Selbsthilfegruppen vermittelt werden, ist es vor allem der persönliche Austausch, der ganz neue Möglichkeiten eröffnet.

A handwritten signature in blue ink that reads "Elke Kahr".

Elke Kahr
Bürgermeisterin der Stadt Graz



Stadtrat Robert Krotzer

Das Prinzip der Solidarität und der Mitmenschlichkeit stärkt den Zusammenhalt unserer Gesellschaft. Daran zu arbeiten und ist eine beständige, wichtige Aufgabe für die wir als Stadt Graz gute Rahmenbedingungen schaffen wollen. Selbsthilfe ist ein wichtiger Gegenpol zur vorherrschenden Erzählung, dass „jeder seines Glückes Schmied“ sei. Dieses egoistische Dogma befördert letztlich Vereinzelung und Vereinsamung. Dadurch bleiben immer mehr Menschen mit ihren Problemen und Krankheitsbildern allein.

Selbsthilfegruppen zeigen hier Alternativen auf. Sie weisen eindrucksvoll nach, wie wichtig es ist, gemeinsam und miteinander zu arbeiten. Die persönliche Unterstützung durch Gruppen ermöglicht es, rasch Wissen aufzubauen und sich in neuen, schwierigen Situationen zurechtzufinden. Selbsthilfegruppen sind also nicht nur Wegweiser im Dschungel der Informationen, sondern auch ein wichtiges soziales Netzwerk, auf das man sich verlassen kann.



© Antonia Renner

Der Überblick über die Vielzahl der aktuellen Gruppen, den Sie gerade in der Hand halten, zeigt wie groß das Anliegen ist, sich gegenseitig zu helfen. Für diese gelebte Solidarität und den Einsatz der vielen, meist selbst Betroffenen, engagierten Menschen und der professionellen Unterstützung der Selbsthilfe Steiermark möchte ich mich herzlich bedanken. Auf Sie ist Verlass.

Mag. Robert Krotzer
Stadtrat für Gesundheit und Pflege



Junge Selbsthilfe

Die Junge Selbsthilfe lässt sich als Antwort auf die Veränderung gesellschaftlicher Rahmenbedingungen begreifen. Die Lebensführung vieler Menschen hat sich individualisiert, traditionelle Werte und Normen werden in Frage gestellt und soziale Bindungen verändern sich.

Wir wollen jünger werden!

Unsere Angebote nehmen bislang überwiegend ältere Erwachsene in Anspruch. Dabei profitieren vor allem junge Menschen vom Zusammenschluss von Gruppen, der Stärkung der Kommunikationsfähigkeit und den verschiedenen Arbeitsformen aus der Selbsthilfe. Für sich selbst Verantwortung übernehmen, danach handeln und sich gemeinsam für Veränderungen einsetzen – das sind wertvolle Erfahrungen für Jung und Alt. Themen für eine „**Junge Selbsthilfe**“ sind neben den klassischen Krankheits-

bildern vor allem psychische Probleme, Herausforderungen des Alltags, Mobbing, Probleme in der Schule, an der Universität oder im Berufs- und Familienleben. Ziel ist es, dass junge Erwachsene im geschützten Rahmen ihre Erfahrungen austauschen und selbst aktiv werden können. Um die Nachhaltigkeit dieses Vorhabens auf lange Sicht zu gewährleisten, steht die Selbsthilfe Steiermark als Service- und Kontaktstelle beratend zur Seite. Wir helfen dabei, neue Begegnungs- und Arbeitsformen im Sinne der „Jungen Selbsthilfe“ aufzubauen und umzusetzen.



Lebensmutig.

Du hast ein Problem? Du willst dich mit anderen austauschen, die Ähnliches erleben? Vernetze dich **lebensmutig** und **selbstbestimmt**!

Weil **verstanden** werden wichtig ist! Komm in eine bestehende Gruppe oder gründe selber eine, wir unterstützen dich dabei! Gemeinschaftliche Selbsthilfe ist vertraulich, kostenlos und jede*r zählt! Weil **Verstehen** wirksam ist!

Selbsthilfe Steiermark
Lauzilgasse 25, 8020 Graz
Tel. +43 (0) 50 / 7900 5910

Mobil +43 (0) 644 / 8000 64015
office@selbsthilfe-stmk.at
www.selbsthilfe-stmk.at



Das Angebot richtet sich an junge Erwachsene ab 18 Jahren.

Selbsthilfefreundliche Gesundheitseinrichtung

Eine Initiative der Selbsthilfe Steiermark in Kooperation
mit den steirischen Gesundheitseinrichtungen.
Auf dem Weg zu mehr Patient:innenorientierung!

Die Zusammenarbeit mit Einrichtungen im Gesundheits- und Sozialbereich ist ein wichtiger Beitrag zur Stärkung der Selbsthilfeaktivitäten.

Eine besondere Form der Kooperation ist das Gütesiegel „Selbsthilfefreundliche Gesundheitseinrichtung“. Diese zeichnet sich dadurch aus, dass das ärztliche und pflegerische Handeln durch das Erfahrungswissen der Selbsthilfe erweitert, der Kontakt zwischen Patient:innen und Selbsthilfegruppen gefördert und kooperationsbereite Selbsthilfegruppen aktiv unterstützt werden.

Die Grundlage für die Zusammenarbeit definiert sich über die Erfüllung der acht Qualitätskriterien, die eine selbsthilfefreundliche Einrichtung auszeichnen.

- » **Selbstpräsentation** wird ermöglicht
- » Auf die **Teilnahme an Selbsthilfegruppen** wird hingewiesen
- » Die **Öffentlichkeitsarbeit** wird aktiv unterstützt
- » Regelmäßiger **Informationsaustausch** unter allen Agierenden
- » Die Einrichtung benennt eine/n **Selbsthilfebeauftragte/n**

» **Qualifizierungsmaßnahmen**

zum Thema „Selbsthilfe“ werden angeboten

» **Partizipation** der Selbsthilfe in der Einrichtung

» Die **Kooperation** wird formal beschlossen und als Vereinbarung unterzeichnet

Um diese Zusammenarbeit zwischen Gesundheitseinrichtungen und Selbsthilfegruppen dauerhaft und systematisch zu etablieren, arbeitet die Selbsthilfe Steiermark eng mit relevanten Gesundheitseinrichtungen zusammen und zeichnet diese mit dem Gütesiegel „Selbsthilfefreundlichkeit“ (nach dem Hamburger Modell) aus, mit dem Ziel einer erfolgreichen gemeinsamen Zusammenarbeit im Sinne der Patient:innen, Betroffenen und Angehörigen.

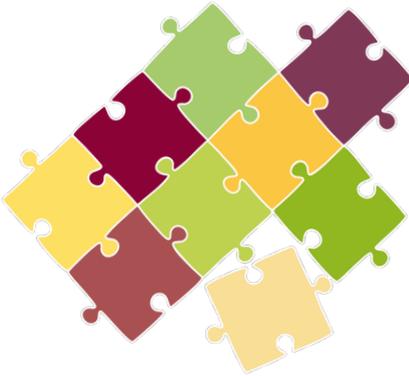


Selbsthilfefreundliche
Gesundheitseinrichtung

eine Auszeichnung der
Selbsthilfe Steiermark

Themenübericht

Abhängigkeit und Sucht	16	Dystonie	32
ADHS	17	Emotionale Gesundheit	32
Adipositas	17	Endometriose	33
Adoption	17	Epilepsie	33
AGS Adrenogenitales Syndrom	18	Essstörungen	33
Alkohol	18	Familiärer Kontakabbruch/Verlust	34
Alkohol und Medikamente	18	FASD	34
Alleingeborene Zwillinge/Mehrlinge ..	19	Freizeit	34
Allergien, Intoleranzen	19	Gebärdensprache/Gehörlos	35
Amputation	19	Gerinnungspatient:innen	35
Angst und Depression	19	Gestose/Hellp - Syndrom	35
Aphasie	20	GORLIN GOLTZ Syndrom	36
Arbeitslosigkeit	20	Haarausfall	36
Arbeitssucht	21	Hauterkrankungen	36
Autismus	21	Herz	37
Autoimmunerkrankungen	21	Hirntumor	38
Behinderung.....	22	HIV/AIDS	38
Beziehungsthemen	25	Hochsensibilität	38
Bipolare Störung	25	Hörbeeinträchtigungen	38
Borreliose	25	Infertilität	39
Brustkrebs	25	Interstitielle Cystitis	39
Chronisch Krank	26	Kehlkopflose & Halsatmer:innen	39
Chronisch krankes Kind	27	Kleinwuchs	39
COPD/Langzeit-Sauerstoff-Therapie..	27	Krankes Kind	40
Corona Langzeitfolgen	27	Krebs	40
Cystische Fibrose	27	Leber	41
Demenz/Alzheimer	29	Lunge	42
Diabetes	29	Menopause	42



Migräne und Kopfschmerz	43	Reizdarm	56
Missbrauch/Misshandlung/ Gewalterfahrung	43	Rheuma	56
Morbus Bechterew	43	Sammelleidenschaft/MESSIES	57
Morbus Crohn und Colitis Ulcerosa	45	Schädel-Hirn-Trauma	57
Multiples Myelom	45	Schlafapnoe/Schlafstörungen/ Schnarchen	57
Multiple Sklerose	45	Schlaganfall.....	58
Muskelerkrankungen	46	Schmerzen	58
Myasthenia Gravis.....	46	Schwangerschaft	58
Narkolepsie - Schlafstörung.....	46	Sehbeeinträchtigung und Blindheit ..	59
Neurodermitis	47	Sexueller Missbrauch	60
Neurologische Erkrankungen	47	Sklerodermie	60
Niere	47	Skoliose	60
Osteoporose.....	48	Speiseröhrenfehlbildung	61
Pankreas	48	Spielsucht.....	61
Parkinson	48	Spina Bifida	61
Persönliche Assistenz	50	Stillen	61
Plötzlicher Säuglingstod (SIDS)	51	Tinnitus	62
POLIO	51	Transgender/Intersexualität	62
Polyarthritis.....	51	Trauer.....	62
Polyneuropathie	51	Trauer/Suizid/Tod eines Kindes.....	63
Post Covid/Long Covid	52	Trauma	66
Postpartale Depression	52	Unfall	66
Prader Willi Syndrom	52	Unfruchtbarkeit/ Unerfüllter Kinderwunsch.....	66
Primärer Immundefekt	53	Verdauungsprobleme	66
Prostata	53	Zöliakie	67
Psychische Beeinträchtigungen	53	Zwangstörungen	67
Psychische Gewalt	55		

Gruppenverzeichnis

Auf den nachfolgenden Seiten finden Sie die steirischen Selbsthilfegruppen und -vereine mit den Kontaktdaten und Ortsangaben von Gruppentreffen. Diese sind alphabetisch nach Themenbereichen gelistet um einen Überblick über das vielfältige steirische Selbsthilfe-Angebot zu bekommen. Bei der Angabe Steiermark oder Österreich handelt es sich um Selbsthilfegruppen, die jeweils an mehreren oder wechselnden Orten stattfinden. Die genauen Gruppentreffen erfragen Sie bitte anhand der Kontakte.

ABHÄNGIGKEIT UND SUCHT

ACA - Erwachsene Kinder von Alkoholikern & aus dysfunktionalen Familien **Leoben**

Richie

0676 7265640

richie.aa.aca@gmail.com

www.erwachsenekinder.org

Sammelleidenschaften/Messies **Graz**
Selbsthilfegruppe für Betroffene und Angehörige

Elfriede Riedl, Bernhard Krajnc

0676 6402267, 0680 5506844

salescha@gmx.at

Blaues Kreuz Steiermark **Graz**

Gerhard E. Wildbichler, MSc

0664 3007315

hilfe@bkstmk.at

www.bkstmk.at

Narcotics Anonymous **Graz**

Wolfgang

0664 1327488

ADHS

ADHS Selbsthilfe Graz –

Graz

Angehörige von Vor- und Pflichtschulkindern

Regina Doderer

0676 4454443

reg_dod@gmx.net

ADIPOSITAS

Adipositas Selbsthilfe Österreich

Kapfenberg

Selbsthilfegruppe Kapfenberg

Elisabeth Jäger

0664 8240992

elisabeth-m.jaeger@a1.net

www.adipositas-shg.at

Adipositas Selbsthilfe Österreich

Graz

Selbsthilfegruppe Graz

Ingrid Yildirim

0676 3370708

ingrid.yildirim@gmail.com

www.adipositas-shg.at

ADOPTION

Herzenseltern - Selbsthilfegruppe für Adoptiveltern

Graz

Andrea und Hannes Kollmann

kontakt@herzens-eltern.at

www.herzens-eltern.at

Selbsthilfegruppe Herzenskind

Graz

Marie Smretschnig

0690 10278060

office.herzenskind@gmail.com

www.herzens-kind.at

AGS ADRENOGENITALES SYNDROM

Netzwerk AGS-Österreich

Österreich

info@ags-oesterreich.at

www.ags-oesterreich.at

ALKOHOL

AA Anonyme Alkoholiker

Steiermark

0650 7512153 (**Hotline täglich 9 - 19 Uhr**), 0316 574740

stmk-ktn@anonyme-alkoholiker.at, obersteiermark@anonyme-alkoholiker.at

www.anonyme-alkoholiker.at/steiermark

AI ANON - Selbsthilfegruppe für Angehörige Alkoholkranker und Familiengruppen

Graz

Heidi, Oktavia

0664 4411557, 0650 7232913

heidijackel@gmail.com

www.al-anon.at

FASD - Selbsthilfegruppe Steiermark

Steiermark

Doris Scheer

0660 7333406

doris.scheer@gmx.at

ALKOHOL UND MEDIKAMENTE

Selbsthilfegruppe gegen Alkohol- und Medikamentenmissbrauch

Kapfenberg

Dominik Hindler (Angehöriger), Inge Hindler (Betroffene)

0676 4416960, 0664 3941641

hindo1@aon.at

ALLEINGEBORENE ZWILLINGE/MEHRLINGE

**Selbsthilfegruppe Steiermark für
alleingeborene Zwillinge/Mehrlinge**

Steiermark

Nadja Maria Habith
0690 8078078 (Hotline)
alleingeborene.zwillinge.mehrlinge@gmx.at

ALLERGIEN, INTOLERANZEN, UNVERTRÄGLICHKEITEN

**Selbsthilfegruppe
„Nahrungsmittelunverträglichkeiten“**

Graz

Barbara Irmscher
selbsthilfe-nmu@mailbox.org

AMPUTATION

**Leben mit Amputation – Selbsthilfegruppe für
Menschen mit Amputation und deren Angehörige**

Graz
Steiermark

Rosalia Thumer, Susanna Krainer
0664 1630588, 0660 2085209
info@lebenmitamputation-steiermark.at, susanna.krainer@drei.at
www.lebenmitamputation-steiermark.at

ANGST UND DEPRESSION

**ACA - Erwachsene Kinder von
Alkoholikern & aus dysfunktionalen Familien**

Leoben

Richie
0676 7265640
richie.aa.aca@gmail.com
www.erwachsenekinder.org

Selbsthilfegruppe Depression, Angst und Panik

Graz

Sonja Mühlberger

0676 5524724

muehlberger@achterbahn.st

www.achterbahn.st

Selbsthilfegruppe für Zwangserkrankte/

Mariazell

Psychisch Erkrankte -

Online-Treffen SO, 19 -21 Uhr

Josef Emmerich Ganser

shgzwang@gmx.at

Selbsthilfegruppe Postpartale Depression

Graz

DI Lieselotte Moser-Köck

0680 2455344

selbsthilfe-ppd@gmx.at

www.selbsthilfe-ppd.com

APHASIE

Selbsthilfegruppe für Aphasiker

Graz

Hedwig Brandtner

0664 1150117

info@aphasie-stmk.at

www.aphasie-stmk.at

ARBEITSLOSIGKEIT

Verein AMSEL - Arbeitslose Menschen

Steiermark

suchen effektive Lösungen

Margit Schaupp

0699 81537867

office@amsel-org.info

www.amsel-org.info

ARBEITSSUCHT

AAS – Anonyme Arbeitssüchtige Selbsthilfegruppe für Menschen mit Arbeitsproblemen oder Arbeitssucht

Graz

0677 61132653 (Hotline)

aas.graz@gmx.at

www.arbeitssucht.de

AUTISMUS

Autismus Selbsthilfegruppe Murtal

Murtal

Sabine Süß, Mag.a Marianne Rittmannsberger

0699 17570549, 0664 73912887

shg-autismus-murtal@gmx.at

www.shg-autismus-murtal.at

Autistica – Grazer Autismustreff

Graz

autistica.GrazerAutismustreff@gmail.com

AUTOIMMUNERKRANKUNGEN

ALPS – Selbsthilfe für Betroffene und Angehörige

Österreich

Claudia Schürz

0680 5549625

kontakt@alps-selbsthilfe.org

Selbsthilfegruppe HIV+

Graz

Oliver Ingenillem, Alois Loibner

0676 5408966, 0660 5757660

interessengemeinschaftgraz@gmx.at

alois.loibner@gmx.net

Selbsthilfegruppe Sjögren – Steiermark

Graz

Silvia Schauer

0699 12551545

sjoegren-steiermark@gmx.at

BEHINDERUNG

BSGH - Behinderten-Selbsthilfe-Gruppe Hartberg

Hartberg

Stefan Pflanzl

03332 65405, 0676 9336510

info@bsgh.at

www.bsgh.at

FASD-Selbsthilfegruppe Steiermark

Steiermark

Doris Scheer

0660 7333406

doris.scheer@gmx.at

Freizeit-PSO - Sport für Menschen mit Behinderung

Steiermark

Sabine Zach

0650 9016294

info@freizeit-pso.com

Selbstbestimmt Leben Steiermark

Steiermark

Dietmar Ogris

0316 902089

office@sl-stmk.at

www.sl-stmk.at

Soziale Projekte Steiermark - Inklusion statt Isolation

Steiermark

Herbert Winterleitner, Doris Peitler

0676 86660202, 0664 3546440

office@spstmk.at

www.spstmk.at

Steirische Vereinigung für Menschen mit Behinderung

Steiermark

Mag.a Erika Wilfling-Weberhofer

0316 327936-22

wilfling-weberhofer@eu1.at

www.stvmb.at

Verein Wegweiser - Selbstbestimmt Leben mit persönlicher Assistenz	Steiermark
Alfons Rupp, Thomas Grabner 0699 17074411, 0316 375082 office@wegweiser.or.at, www.wegweiser.or.at	
Lebenshilfe Ausseerland	Bad Aussee
03622 55255 office@lebenshilfe-ausseerland.at www.lebenshilfe-ausseerland.at	
Lebenshilfe Bruck-Kapfenberg	Bruck Kapfenberg
03862 34165 office@lebenshilfe-bruck.at www.lebenshilfe-bruck.at	
Lebenshilfe Ennstal	Liezen
03612 23000 office@lebenshilfe-ennstal.at www.lebenshilfe-ennstal.at	
LNW Lebenshilfe NetzWerk GmbH	Feldbach
03152 69900 office@lnw.at www.lnw.at	
Lebenshilfe Fürstenfeld gemeinnützige GmbH	Fürstenfeld
03382 54013 office@lhff.at www.lebenshilfe-fuerstenfeld.at	
Lebenshilfe Hartberg	Hartberg
03332 64555 office@lebenshilfe-hb.at www.lebenshilfe-hartberg.at	

Lebenshilfe Region Judenburg 03572 83295 office@lebenshilfe-judenburg.at www.lebenshilfe-judenburg.at	Judenburg
Lebenshilfe Region Knittelfeld gemeinnützige GmbH 03512 74184 office@lebenshilfe-knittelfeld.at www.lebenshilfe-knittelfeld.at	Knittelfeld
Lebenshilfe Leibnitz 03452 72808 office@lebenshilfe-leibnitz.at www.lebenshilfe-leibnitz.at	Leibnitz
Lebenshilfe Leoben 03842 24683 office@lebenshilfe-leoben.at www.lebenshilfe-leoben.at	Leoben
Lebenshilfe Murau 03532 2778 office@lebenshilfe-murau.com www.lebenshilfe-murau.com	Murau
LebensGroß GmbH 0316 715506 office@lebensgross.at www.lebensgross.at	Graz und Umgebung Voitsberg Deutschlandsberg
Lebenshilfe Trofaiach 03847 3770 office@lebenshilfe-trofaiach.at www.lebenshilfe-trofaiach.at	Trofaiach

BEZIEHUNGSTHEMEN

**ACA - Erwachsene Kinder von
Alkoholikern & aus dysfunktionalen Familien**

Graz

Richie

0676 7265640

richie.aa.aca@gmail.com

www.erwachsenekinder.org

BIPOLARE STÖRUNG

Selbsthilfegruppe für bipolar affektiv Erkrankte

Graz

Dr.in Eva Reininghaus

0316 38513616

www.bipolar-graz.at

BORRELIOSE

Selbsthilfegruppe Borreliose

Kapfenberg

Eduard Mitteregger, Rudolf Buchinger

0676 7925279, 0676 87831117

office@gnhz.at, erfolgsbuch@aon.at

www.shg-borreliose.at

BRUSTKREBS

Frauen- und Brustkrebshilfe Österreich

Graz

Claudia Petru, MPH, Sigrid Gartner

Südoststeiermark

0664 3033938, 0664 2341845

office@frauenkrebshilfe.at

www.brustkrebshilfe.at

**Frauenselbsthilfe nach Krebs –
Landesverband Steiermark**

Steiermark

Elisabeth Holzer, Mag.a Jutta Hirn

0316 323433, 0316 374112

elis.holzer@gmx.at, hirn_jutta@hotmail.com

Frauenselbsthilfe nach Krebs - Leoben

Leoben

Johanna Bogusch

03842 43970

frauenselbsthilfe-leoben@gmx.at

www.frauenselbsthilfe-krebs-leoben.webnode.at

CHRONISCH KRANK

ALPS - Selbsthilfe für Betroffene und Angehörige

Österreich

Claudia Schürz

0680 5549625

kontakt@alps-selbsthilfe.org

G-fects - Gitelman und Bartter-Syndrom

Steiermark

Maximilian Schöppe

g-fects@posteo.de

reizdarm-community

Graz

Margarita Strimitzer, BSc

reizdarm.community@gmail.com

www.reizdarm-community.at

Lichen Sclerosus - Selbsthilfegruppe

Graz

Anni Franz

steiermark@lichensclerosus.ch

www.lichensclerosus.at

Verein Selbsthilfe Sklerodermie Österreich

Graz

Barbara Trampusch

0676 5520803

selbsthilfe.sklerodermie@gmail.com



CHRONISCH KRANKES KIND

Mobiles Kinderteam - Palliativbetreuung

Steiermark

Katharina Paier

0316 38531031

kinderpalliativ@uniklinikum.kages.at

COPD UND LANGZEIT-SAUERSTOFF-THERAPIE

COPD Austria - Selbsthilfegruppe für COPD und Lungenerkrankungen

Steiermark

Judith & Georg Illek

0650 8823007

info@copd-austria.at

www.copd-austria.at

CORONA LANGZEITFOLGEN

Long Covid Austria - Selbsthilfegruppe und Patienteninitiative

Österreich

Alexa Stephanou

kontakt@longcovidustria.at

www.longcovidustria.at

www.facebook.com/groups/longcovidat

Long Covid Südoststeiermark - Selbsthilfegruppe für Betroffene von Long Covid und Post Covid

Südoststeiermark

long-covid.so@outlook.com

CYSTISCHE FIBROSE

cf-austria - Cystische Fibrose Hilfe Österreich

Steiermark

Mag. Johannes Lösch

0676 4584850

office@cf-austria.at

www.cf-austria.at



Ursula Zimmer

Jugend am Werk - Malwerkstatt

DEMENZ / ALZHEIMER

SALZ Steirische Alzheimerhilfe - Hilfe für Angehörige von Menschen mit Demenz

Mag.a Claudia Knopper
0676 4520400
info@steirische-alzheimerhilfe.at
www.steirische-alzheimerhilfe.at

**Graz,
Gratwein,
Hartberg, Leibnitz,
Leoben, Liezen,
Voitsberg, Weiz,
ONLINE**

DIABETES

Aktive Diabetiker Austria ADA - Selbsthilfegruppe Judenburg

Claudia Mraulak
0660 2760755
clautschi.mr@gmail.com
www.aktive-diabetiker.at

Judenburg

Aktive Diabetiker Austria ADA - Selbsthilfegruppe Vorau

Robert Riegler
0664 3879120
robert.riegler@aktive-diabetiker.at
www.aktive-diabetiker.at

Vorau

DIABÄR - Verein der Diabetiker der Universitätskinderklinik Graz - SHO für Kinder und Jugendliche mit Diabetes

Hubert Reininger
0316 225353
office@diabaer.at
www.diabaer.at

Steiermark



**ÖDV Österreichische Diabetikervereinigung -
Selbsthilfegruppe Graz**

Graz

Elfriede Dörfler
0664 2372551
oedv.stmk@diabetes.or.at
www.diabetes.or.at

**ÖDV Österreichische Diabetikervereinigung
Diabetes Kids – Steiermark**

Steiermark

Kathrin Freinschlag
0660 4610639
kathrin-freinschlag@gmx.at
www.diabetes.or.at

**ÖDV Österreichische Diabetikervereinigung
Selbsthilfegruppe für Eltern von Kindern mit Diabetes**

Eibiswald

Petra und Markus Schuiki
0688 64042125
markus.schuiki@gmail.com
www.diabetes.or.at

**ÖDV Österreichische Diabetikervereinigung
Selbsthilfegruppe Friedberg**

Friedberg

Richard Gremsl
0664 88538383
richard@gremsl.at
www.diabetes.or.at

**ÖDV Österreichische Diabetikervereinigung
Selbsthilfegruppe Gleisdorf**

Gleisdorf

Claudia Kutschera, Theresia Rechberger
0664 6363869, 0650 8830499
claudia.kutschera@hotmail.com, jrechberger@hotmail.com
www.diabetes.or.at

ÖDV Österreichische Diabetikervereinigung Landesleitung Steiermark - Selbsthilfegruppe Hartberg Ernst Laschober 0680 1118544, 03332 63961 laschober.ernst@diabetes.or.at www.diabetes.or.at	Hartberg
ÖDV Österreichische Diabetikervereinigung Selbsthilfegruppe Knittelfeld/Spielberg Margarethe Nagele 0664 4627221 diabetiker.nagele@aon.at www.diabetes.or.at	Knittelfeld Spielberg
ÖDV Österreichische Diabetikervereinigung Selbsthilfegruppe Murau Herta Moser 0676 4226111 HertaMoser@gmx.net www.diabetes.or.at	Murau
ÖDV Österreichische Diabetikervereinigung Selbsthilfegruppe Voitsberg Roswitha Gietler, Franz Gietler 0664 1600541, 0664 1600542 roswitha.gietler@gmx.at, f.gietler@gmx.at www.diabetes.or.at	Voitsberg
ÖDV Österreichische Diabetikervereinigung Selbsthilfegruppe Weiz/Weiz-Nord und Diabetes Typ 1 von 18 bis 30 Jahren Elisabeth Thiebet 03172 3566 (ab 15 Uhr) thiebet@aon.at www.diabetes.or.at	Weiz

Steirische Diabeteshilfe für Kinder und Jugendliche

Steiermark

Gert Maria Hofmann

0664 2231109, 0316 832434

diabeteshilfe@inode.at

DYSTONIE

Selbsthilfegruppe Dystonie Steiermark

Graz und Umgebung

Renate Wurzinger

0664 3858970

renatewurzinger@gmx.at

www.dystonie.at

EMOTIONALE GESUNDHEIT

ACA - Erwachsene Kinder von

Graz

Alkoholikern & aus dysfunktionalen Familien

Richie

0676 7265640

richie.aa.aca@gmail.com

www.erwachsenekinder.org

**Achterbahn Steiermark - Unabhängige
Peerbewegung für psychische Gesundheit**

Graz, Deutschlandsberg,
Gleisdorf, Hartberg,
Kapfenberg, Leibnitz,
Leoben, Liezen,
Südoststeiermark,
Voitsberg, Weiz

Vereinsbüro

0680 3001020

office@achterbahn.st

www.achterbahn.st

EA Emotions Anonymous -

Graz

Selbsthilfegruppe für Emotionale Gesundheit

Oktavia, Elisabeth

0650 7232913

ea.treffen.graz@gmail.com

www.ea-selbsthilfe.net

Loslassen. Raus aus toxischen Beziehungen
Selbsthilfegruppe für betroffene Frauen

Graz

Mag.a Carmen Presser-Göbller
 0664 5410951
 c.presser@a1.net

ENDOMETRIOSE

Selbsthilfegruppe für Frauen mit Endometriose

Graz

Eva Anderhuber-Tutsch, Linda Ebner (Murau)

Murau

0660 2468033

endometriose.graz@gmail.com, linda.ebner1@icloud.com

EPILEPSIE

Epilepsie Interessensgemeinschaft Österreich

Steiermark

Kontakt und Terminvereinbarung,
 0664 1617815, office@epilepsie-ig.at
 Maria Luise Florineth (Elterntreff)
 0650 4003602, elterntreff@epilepsie-ig.at
 www.epilepsie-ig.at

ESSSTÖRUNGEN

Selbsthilfegruppe für Angehörige von
Magersüchtigen und Bulimiker:innen

Steiermark

Annette Kupfer, Alex Prasch
 0681 81946606 (**Hotline: MO 12 – 18 Uhr, MI 08 – 18 Uhr**)
 selbsthilfe@magersucht.or.at
 www.magersucht.or.at

OA Overeaters Anonymous - Selbsthilfegruppe Liezen

Liezen

Lisi
 0677 64889078
 liezen@overeatersanonymous.at
 www.overeatersanonymous.at

OA Overeaters Anonymous - Mittwochsgruppe

Graz

Brigitte

0664 1669994

graz-mi@overeatersanonymous.at

www.overeatersanonymous.at

FAMILIÄRER KONTAKABBRUCH/VERLUST

**Das Haus von morgen - Selbsthilfe bei
Kontaktabbruch innerhalb der Familie**

Steiermark

Gisela Kurath, Elisabeth Auer

0664 2531996, 0650 9091702

info@dashausvonmorgen.at, auer.e21@gmail.com

www.dashausvonmorgen.at

FASD

FASD - Selbsthilfegruppe Steiermark

Steiermark

Doris Scheer

0660 7333406

doris.scheer@gmx.at

FREIZEIT

FREIZEIT Gruppe Graz

Graz

Helmuth Sonnenschein

0316 483377

office.europa1@gmail.com

„Red ma drüber“ - Von Betroffenen für Betroffene

Vorau

Patriz Pichlhöfer

0664 88747201

gesundheit@vorau.gv.at

Soziale Projekte Steiermark – Inklusion statt Isolation

Steiermark

Herbert Winterleitner, Doris Peitler

0676 86660202, 0664 3546440

office@spstmk.at

www.spstmk.at

VMG-Steiermark – Männer*Kaffee Graz

Graz

Eva Hofbauer

0680 3334551

hofbauer@maennerberatung.at

www.vmg-steiermark.at/maennerberatung/maennerkaffee

GEBÄRDENSPRACHE/GEHÖRLOS

Steirischer Landesverband der

Steiermark

Gehörlosenvereine im ÖGLB - STLVGV

Sarah Radojicic

0664 1263576

Dolmetschzentrale (SMS und Videotelefonie)

office@stlvgv.at, www.stlvgv.at

www.facebook.com/STLVGV, www.instagram.com/stlvgv

GERINNUNGSPATIENT:INNEN

INR Austria

Graz

Vesna Still, Rupert Hofer

0664 4870809

v_still@gmx.at, obmann@inr-austria.at

www.inr-austria.at

GESTOSE/HELLP - SYNDROM

ArGe Gestose - Betroffene Österreich

Steiermark

Sabine Herrich

0699 19486200

kontakt@gestose-frauen.at

www.gestose-frauen.at

GORLIN GOLTZ SYNDROM

Selbsthilfegruppe Gorlin Goltz Syndrom

Österreich

Denise Kotwa

0660 7308780

kotwadenise@yahoo.com

HAARAUSFALL

Selbsthilfegruppe Haarausfall

Graz

Verena Kofler, Petra Hofstätter

Hartberg

0699 10424547, 0664 4251192

gruppe alopecia@gmail.com, petrakoasa@aon.at

HAUTERKRANKUNGEN

Lichen Sclerosus - Selbsthilfegruppe Graz/Steiermark

Graz

Anni Franz

Steiermark

steiermark@lichensclerosus.ch

www.juckenundbrennen.at, www.lichensclerosus.at

Skin Picking und Trichotillomanie

Graz

Marion

0664 5093795

skinpicking.selbsthilfegruppe@gmail.com

Verein Selbsthilfe Sklerodermie Österreich

Graz

Barbara Trampusch

0676 5520803

selbsthilfe.sklerodermie@gmail.com

„Wen juckt's?!“ -

Graz

Wir haben atopische Dermatitis (Neurodermitis)

Birgit Kraus, BA

wen@juckts.at

wen.juckts.at

HERZ

**Meine Herzklappe - Verein zur
Information über Herzklappenerkrankungen** **Österreich**

Katja Teichert
0670 5544740
office@meineherzklappe.at
www.meineherzklappe.at

**Selbsthilfe Verein Trans Plant –
Niere*Leber*Herz*Lunge*Pankreas** **Steiermark**

Werner Gollner
0664 5389001
transplant.verein@gmail.com
www.transplantverein.at

Herzfamilie - Verein >Hilfe für das herzkranke Kind< **Steiermark**

Petra Lantos
0664 2337142
kontakt@herzfamilie.at
www.herzfamilie.at

Österreichischer Herzverband - Landesverband Steiermark **Steiermark**

Dr.in Jutta Zirkl
0650 4013300
jutta.zirkl@chello.at
www.herzverband-stmk.at

Weizer Herzverein **Weiz**

Doris Hartmann-Hahn
0699 12848164
kontakt@weizerherzverein.at
www.weizerherzverein.at

HIRNTUMOR

Selbsthilfegruppe Hirntumor Graz für Betroffene und Angehörige

Graz

Edith Prein

shg.hirntumor.graz@gmx.at

www.facebook.com/shg.hirntumor.graz/?fref=t

HIV/AIDS

Selbsthilfegruppe HIV+

Graz

Oliver Ingenillem, Alois Loibner

0676 5408966, 0660 5757660

interessengemeinschaftgraz@gmx.at, alois.loibner@gmx.net

HOCHSENSIBILITÄT

Gesprächsrunde für Hochsensible Menschen

Graz

Mag.a Birgit Rainer

0664 1258442

info@innerwealth.at

www.innerwealth.at

SAG7 – Anonyme Hochsensiblen

Graz

Christoph

0660 7057208

selbsthilfe@sag7.com

www.selbsthilfe.sag7.com

HÖRBEEINTRÄCHTIGUNGEN

Österreichische Cochlea Implantat Gesellschaft (ÖCIG)

Graz

Landesstelle Steiermark

Elisabeth Reidl

0650 4418137 (Per SMS um Rückruf bitten)

e.reidl@oecig.at

www.oecig.at

INFERTILITÄT

**Persephone - Selbsthilfegruppe für
Menschen mit Fruchtbarkeitsproblemen**

Graz

Marina & Claudio

persephone.graz@outlook.com

www.persephone.at

INTERSTITIELLE CYSTITIS

IC Steiermark

Graz

Sylvia Schneider

0676 7039671

sylvia.tanzen@gmail.com

KEHLKOPFLOSE & HALSATMER:INNEN

Verein der Kehlkopfloren & Halsatmer:innen Steiermark

**Leoben
Steiermark**

Ernest Leitner

0664 5110275

halsatmer.stmk@gmail.com

www.halsatmer.at

KLEINWUCHS

BKMF - Austria - Bundesverband

Österreich

Kleinwüchsige Menschen und ihre Familien

Ingvild Fischer

07227 20600

office@bkmf.at

www.bkmf.at, www.kleinwuchs.at



KRANKES KIND

KiB children care - Steiermark

Steiermark

Verein rund ums erkrankte Kind

Alina Maierhofer

0664 6203028

maierhofer.a@kib.or.at, verein@kib.or.at

www.kib.or.at, www.notfallmama.or.at

KREBS

Frauen- und Brustkrebshilfe Österreich

Graz

Claudia Petru, MPH, Sigrid Gartner

Südoststeiermark

0664 3033938, 0664 2341845

office@frauenkrebshilfe.at

www.frauenkrebshilfe.at, www.brustkrebshilfe.at

Frauenselbsthilfe nach Krebs - Leoben

Leoben

Johanna Bogusch

03842 43970

frauenselbsthilfe-leoben@gmx.at

www.frauenselbsthilfe-krebs-leoben.webnode.at

GIST Support Österreich -

Österreich

Verein zur Unterstützung von Betroffenen

Rainer Sawdyk

0664 9732857

kontakt@gistsupport.at

www.gistsupport.at

KOLIBRI - Krebsselbsthilfegruppe

Graz

Elisabeth Thonhauser

0650 7786758

elisabeth-thonhauser@outlook.com

**Selbsthilfegruppe für Menschen mit der Diagnose Krebs
In Kooperation mit der Frauen- und Brustkrebshilfe**

Deutschlandsberg

Ilse Pichler
0664 88655607
ilse@pichler-moden.at
www.frauenkrebshilfe.at

**Selbsthilfegruppe für Schilddrüsenkarzinom-
Patient:innen Zweigverein Steiermark**

Steiermark

Mag.a Sabine Leopold
0664 5311455
sabine.leopold@selbsthilfegruppe.at
www.selbsthilfegruppe.at

Victory Krebsselfhilfe

**Kapfenberg
Bruck/Mur**

Barbara Rathgeb
0664 4851794
barbara.rathgeb13@gmail.com
www.victory.or.at

LEBER

**Selbsthilfe Verein Trans Plant –
Niere*Leber*Herz*Lunge*Pankreas**

Werner Gollner
0664 5389001
transplant.verein@gmail.com
www.transplantverein.at



LUNGE

Alpha1 Österreich - Gesellschaft für Antitrypsinmangelkrankte **Steiermark**

Johann Frankl
0664 4129638
shg-stmk@alpha1-oesterreich.at
www.alpha1-oesterreich.at

**COPD Austria - Selbsthilfegruppe für
COPD und Lungenerkrankungen** **Steiermark**

Judith & Georg Illek
0650 8823007
info@copd-austria.at
www.copd-austria.at

Lungenfibrose Forum Austria **Steiermark**

Christine Tesch, Günther Wanke
0676 3601847, 0699 11506412
christine.tesch@lungenfibroseforum.at, guenther.wanke@lungenfibroseforum.at
www.lungenfibroseforum.at

**Selbsthilfe Verein Trans Plant -
Niere*Leber*Herz*Lunge*Pankreas** **Steiermark**

Werner Gollner
0664 5389001
transplant.verein@gmail.com
www.transplantverein.at

MENOPAUSE

Menopausecafe Steiermark **Steiermark**

Kathrin Schwarz
0664 1242183
menopausecafe.steiermark@gmail.com
www.menopausecafe.net

MIGRÄNE UND KOPFSCHMERZ

Selbsthilfegruppe für Migräne und Kopfschmerz Steiermark

Steiermark

Evelyn Schlapfer
0664 2733952
schlapfer@tugraz.at

MISSBRAUCH, MISSHANDLUNG UND GEWALTERFAHRUNG

Loslassen. Raus aus toxischen Beziehungen - Selbsthilfegruppe für betroffene Frauen

Graz

Mag. a Carmen Presser-Göbler
0664 5410951
c.presser@a1.net

„Seelenstammtisch“ - Selbsthilfegruppe für Missbrauchs- und Misshandlungsoffer

Graz
Hartberg

Jörg Rothenpieler, Alexander Mautner
0664 3765850, 0699 19583178
joerg.rothenpieler@chello.at, am@archipol.at

MORBUS BECHTEREW

ÖVMB Österreichische Vereinigung Morbus Bechterew - Landesstelle Steiermark, Selbsthilfegruppe Graz-St.Peter

Graz

Karl Ganster
0660 4870178
steiermark@bechterew.at
www.bechterew.at

Morbus Bechterew Bad Gleichenberg

Bad Gleichenberg

Christine Neubauer
0660 4426699
chrisi.neubauer@gmx.at
www.bechterew.at

Morbus Bechterew Graz Selbsthilfegruppe ÖGK

Graz

Alois Scherr
0676 4787526
alois.scherr@aon.at
www.bechterew.at

Morbus Bechterew Gröbming

Gröbming

Herbert Kuchar
0664 75119101
herbert.kuchar@aon.at
www.bechterew.at

Morbus Bechterew Knittelfeld

Knittelfeld

Alexandra Maier
0664 5065211
alexandra.gaenser@hotmail.com
www.bechterew.at

Morbus Bechterew Kapfenberg

Kapfenberg

Heribert Prietl
0677 61656182
heribert.prietl@aon.at
www.bechterew.at

Morbus Bechterew Köflach

Köflach

Kurt Frühwirth
0699 11077433
kurt.fruehwirth@gmx.at
www.bechterew.at

Morbus Bechterew Leibnitz

Leibnitz

Anton Schrinko
0677 61141136
toni.schrinko@inode.at
www.bechterew.at

MORBUS CROHN UND COLITIS ULCEROSA

ÖMCCV Österreichische Morbus Crohn/ Colitis ulcerosa Vereinigung

Steiermark

Ing.in Evelyn Groß

0664 1122405

evelyn.gross@oemccv.at, steiermark@oemccv.at

www.oemccv.at

MULTIPLES MYELOM

Multiples Myelom Selbsthilfe Österreich

Gratwein-Straßengel

Christa & Bernd Prein, DI Thomas Derntl

0664 3793662, 01 2930887

b.prein@multiplesmyelom.at, cprein@drei.at, office@multiplesmyelom.at

www.multiplesmyelom.at

Myelom & Lymphom Hilfe Österreich

Österreich

Elfriede Jirsa

0664 3854161

elfi.jirsa@myelom-lymphom.at

www.myelom-lymphom.at

MULTIPLE SKLEROSE

MS-Club Graz und Umgebung

Graz und Umgebung

Karl Reinisch, Konstantia Smolle

0664 1389583, 0664 1107360

reinisch.ke@chello.at, konstantia.smolle@gmx.at

MS-Club Leibnitz

Leibnitz

Elisa Schadlbauer, Helmut Schaude

0664 4101229, 0664 2501501

ms-club-leibnitz@aon.at

MS Ennstal-Ausseerland-Pongau

Gröbming

Susanne Wölger-Olivier

0680 2069680

s.woelger@gmx.at

MS Selbsthilfegruppe Oberes Murtal

Murau

Norbert Grasser

0664 75070005

norbert.grasser.ng@gmail.com

www.ms-shg-oberesmurtal.at

MUSKELERKRANKUNGEN

Steirische Gesellschaft für Muskelranke

Graz

Dr.in Barbara Streitfeld

0677 61128526

office@muskelranke-stmk.at

www.muskelranke-stmk.at

MYASTHENIA GRAVIS

Selbsthilfegruppe Myasthenia Gravis

Österreich

Antonia Müller

0664 5842505

a.mueller@shg-myastheniagravis.at

www.shg-myastheniagravis.at

NARKOLEPSIE - SCHLAFSTÖRUNG

ÖNG - Österreichische Narkolepsie Gesellschaft

Steiermark

Marion Rom, Jennifer Bocek

0676 6177480, 0664 1352433

marion.rom@gmx.at, bocek.jennifer@gmail.com

www.narkolepsie.at

NEURODERMITIS

„Wen juckt's?!“ –

Graz

Wir haben atopische Dermatitis (Neurodermitis)

Birgit Kraus, BA

wen@juckts.at

wen.juckts.at

NEUROLOGISCHE ERKRANKUNGEN

HSP Steiermark

Steiermark

Dr.in Martie Truschnig

0676 3009193

hsp-stmk@gmx.at

www.stopp-hsp.at/selbsthilfe

**SALZ Steirische Alzheimerhilfe -
Hilfe für Angehörige von Menschen mit Demenz**

Graz, Gratwein,
Hartberg, Leibnitz,
Leoben, Liezen,
Voitsberg, Weiz,
ONLINE

Mag.a Claudia Knopper

0676 4520400

info@steirische-alzheimerhilfe.at

www.steirische-alzheimerhilfe.at

NIERE

G-fects - Gitelman und Bartter-Syndrom

Steiermark

Maximilian Schöppe

g-fects@posteo.de

**Selbsthilfe Verein Trans Plant -
Niere*Leber*Herz*Lunge*Pankreas**

Steiermark

Werner Gollner

0664 5389001

transplant.verein@gmail.com

www.transplantverein.at

OSTEOPOROSE

Osteoporose Selbsthilfe Österreich

Steiermark

Judith Mandl

0650 9116673

office@osteoporose-selbsthilfe.org

www.osteoporose-selbsthilfe.org, www.aktiongesundeknochen.at

PANKREAS

Selbsthilfe Verein Trans Plant – Niere*Leber*Herz*Lunge*Pankreas

Steiermark

Werner Gollner

0664 5389001

transplant.verein@gmail.com

www.transplantverein.at

PARKINSON

Parkinson Selbsthilfe Landesverband Steiermark

Graz

Helmuth Sonnenschein

0316 483377

office.europa1@gmail.com

www.parkinsonstmk.at

Parkinson Landesverband Steiermark – Selbsthilfegruppe Deutschlandsberg

Deutschlandsberg

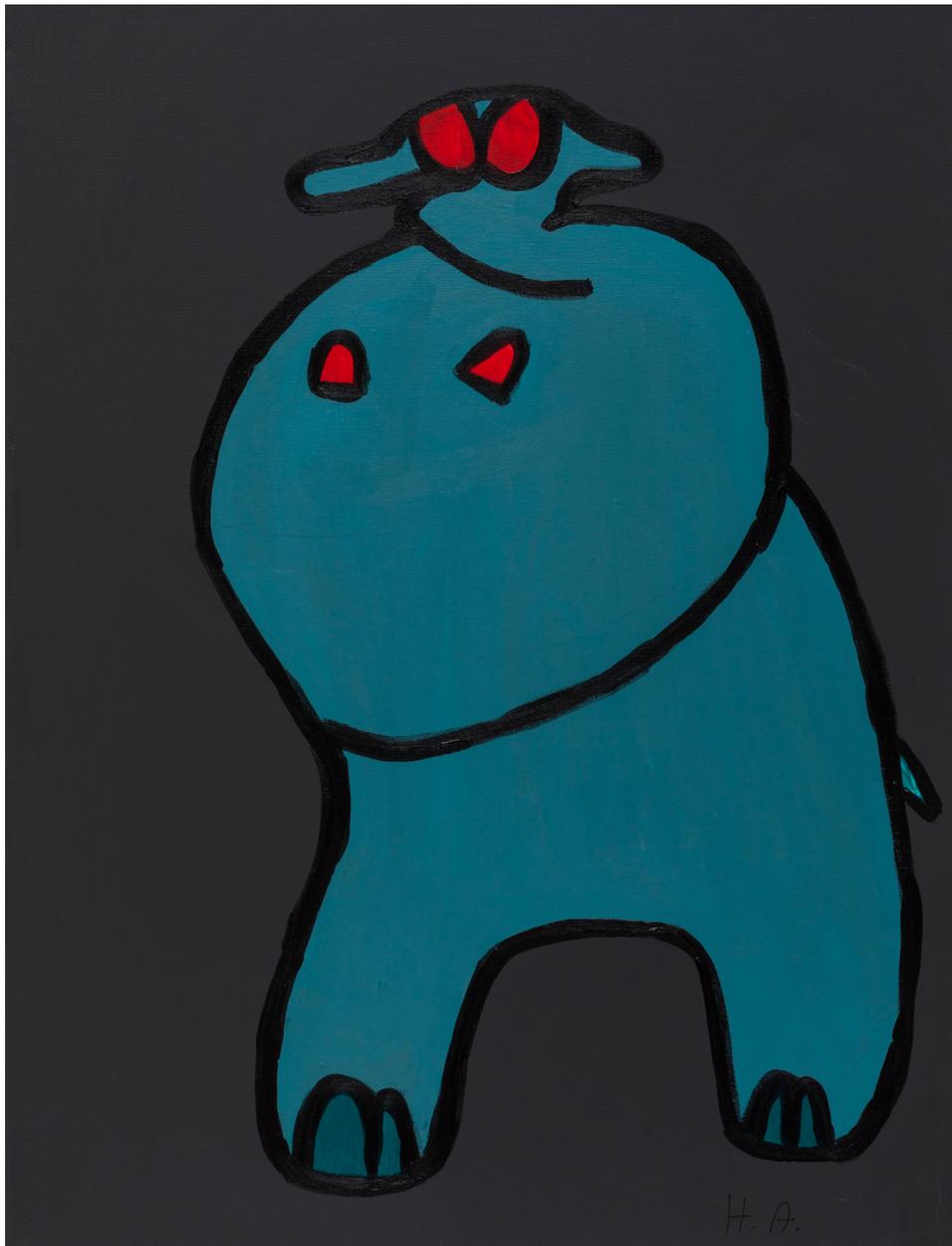
August Sonnichler

0676 4966940

info.parkinsonDlbg@gmail.com

www.parkinsonstmk.at





Adolf Hausmann

Jugend am Werk - Malwerkstatt

**Parkinson Landesverband Steiermark -
Selbsthilfegruppe Feldbach**

Feldbach

Ingrid Kurzidim
0699 81932069
ingrid.kurzidim@gmx.at
www.parkinsonstmk.at

**Parkinson Landesverband Steiermark -
Selbsthilfegruppe Graz**

Graz

Wolfgang König, Dr. Hans Gürtl
0664 3495152, 0664 4932662
wkoenig3@gmail.com, hans.guertl@guertl.net
www.parkinsonstmk.at

Parkinson Selbsthilfegruppe Ennstal

Liezen

Christine Reiter, Marion Seebacher
0677 61424234
parkinson.ennstal@gmail.com
www.parkinsonshg-ennstal.at

Parkinson Selbsthilfegruppe Leoben

Leoben

Walter Ondrich
0680 1413047
walter.ondrich@gmx.at

Parkinson Stammtisch Graz

Graz

Gerhard Rucker
0699 81587599
gerdru@aon.at, ruxt49@gmail.com

PERSÖNLICHE ASSISTENZ

**Verein Wegweiser - Selbstbestimmt Leben
mit persönlicher Assistenz**

Steiermark

Alfons Rupp, Thomas Grabner
0699 17074411, 0316 375082
office@wegweiser.or.at
www.wegweiser.or.at

PLÖTZLICHER SÄUGLINGSTOD (SIDS)

SIDS Austria

Steiermark

Isolde Bachler, Birgit Artner
0676 6620131, 0676 842030233
isolde.bachler@gmx.at, familie.artner@pool-partner.com
www.SIDS.at

Selbsthilfegruppe „Verwaiste Eltern“

Graz

Hanna Caspaar
0664 5336044
hacas444@gmail.com
www.verwaisteeltern.at

POLIO

Selbsthilfe POLIO + Post Polio Syndrom

Frohnleiten

MMag.a Edith Farkas
0664 3356514
farkas@polio-selbsthilfe.at
www.polio-selbsthilfe.at

POLYARTHRITIS

Selbsthilfegruppe M.O.V.E.

Graz

Gudrun Krenn
0664 4489644
gudrun.krenn@gmail.com

POLYNEUROPATHIE

CMT Austria - Interessensgemeinschaft für Patient:innen mit vererbter Polyneuropathie

Steiermark

Kerstin Fieber
0676 6601851
kefie@gmx.at, service@cmt-austria.at
www.cmt-austria.at

Selbsthilfegruppe Polyneuropathie

Graz

Harald Berglez

0680 1112911

selbsthilfepnp.stmk@gmx.at

POST COVID/LONG COVID

Long Covid Austria - Selbsthilfegruppe -

Österreich

Patienteninitiative

Alexa Stephanou

kontakt@longcovidustria.at

www.longcovidustria.at

http://www.facebook.com/groups/longcovidat

**Long Covid Südoststeiermark - Selbsthilfegruppe für
Betroffene von Long Covid und Post Covid**

Südoststeiermark

Kontakt

long-covid.so@outlook.com

POSTPARTALE DEPRESSION

Selbsthilfegruppe Postpartale Depression

Graz

DI Lieselotte Moser-Köck

0680 2455344

selbsthilfe-ppd@gmx.at

www.selbsthilfe-ppd.com

PRADER WILLI SYNDROM

**PWS Austria - Österreichische Gesellschaft
für Prader-Willi Syndrom**

Steiermark

Sandra Wallechner

0680 3176009

s.wallechner@aon.at

www.prader-willi-syndrom.at

PRIMÄRER IMMUNDEFEKT

ALPS - Selbsthilfe für Betroffene und Angehörige

Österreich

Claudia Schürz

0680 5549625

kontakt@alps-selbsthilfe.org

PROSTATA

Prostata - Selbsthilfegruppe der Männerberatung Bruck/Mur

Bruck/Mur

Jacob Brokke

0660 2640583

brokke@maennerberatung.at

www.vmg-steiermark.at

PSYCHISCHE BEEINTRÄCHTIGUNGEN

ACA - Erwachsene Kinder von Alkoholikern & aus dysfunktionalen Familien

Graz

Richie

0676 7265640

richie.aa.aca@gmail.com

www.erwachsenekinder.org

EA Emotions Anonymous - Selbsthilfegruppe für Emotionale Gesundheit

Graz

Oktavia, Elisabeth

0650 7232913

ea.treffen.graz@gmail.com

www.ea-selbsthilfe.net

HPE Steiermark - Hilfe für Angehörige psychisch Erkrankter

Steiermark

Franz Lex

0316 816331 (DI 15 - 17 Uhr, DO 9 - 11 Uhr)

hpe-steiermark@hpe.at

www.hpe.at

HPE Steiermark - Selbsthilfegruppe Gleisdorf	Gleisdorf
Cornelia Fengler, Hermine Seifried	
0676 5511985, 0664 88749017	
cornelia.fengler@mailbox.org, hermine.seifried@aon.at	
www.hpe.at	

LOTUS - Frauenselbsthilfe bei Traumafolgen und PTBS - Leben-Orientierung-Trauma-Und-Selbsthilfe	Leoben
Michaela	
selbsthilfe.trauma@gmail.com	
https://selbsthilfe-trauma.wixsite.com/forum	

Verein pro humanis - Ehrenamtliche Sozialbegleitung & Beratungsstelle für Menschen mit psychischen Erkrankungen	Graz
Kontakt	
0316 827707 (MO - FR 9 - 13 Uhr, nach Vereinbarung)	
office@prohumanis.at	

Psychisch kranke Menschen - Angehörigengruppe Gröbming	Gröbming
Journdienst Gröbming	
03685 23848	
journdienst.gb@psn.or.at	
www.psn.or.at	

Psychisch kranke Menschen - Angehörigengruppe Judenburg	Judenburg
Journdienst Judenburg	
03572 42944	
journdienst.ju@psn.or.at	
www.psn.or.at	

Psychisch kranke Menschen - Angehörigengruppe Liezen	Liezen
Journdienst Liezen	
03612 26322-10	
journdienst.li@psn.or.at	
www.psn.or.at	

Selbsthilfegruppe Postpartale Depression

Graz

DI Lieselotte Moser-Köck
 0680 2455344
 selbsthilfe-ppd@gmx.at
 www.selbsthilfe-ppd.com

**Selbsthilfegruppe für Zwangserkrankte/
 Psychisch Erkrankte**

Mariazell

Online-Treffen SO, 19 -21 Uhr

Josef Emmerich Ganser
 shgzwang@gmx.at

Skin Picking und Trichotillomanie

Graz

Marion
 0664 5093795
 skinpicking.selbsthilfegruppe@gmail.com

**Achterbahn Steiermark - Unabhängige
 Peerbewegung für psychische Gesundheit**

Graz, Deutschlandsberg,
 Gleisdorf, Hartberg,
 Kapfenberg, Leibnitz,
 Leoben, Liezen,
 Südoststeiermark,
 Voitsberg, Weiz

Vereinsbüro
 0680 3001020
 office@achterbahn.st
 www.achterbahn.st

PSYCHISCHE GEWALT

**„Die Schwalbe“ - Wohn- und Beschäftigungsinitiative
 für Frauen in Lebenskrisen**

Mag.a Angelika Vanek-Enyinnaya
 0699 10625517
 office@dieschwalbe.at
 www.dieschwalbe.at

**Loslassen. Raus aus toxischen Beziehungen -
 Selbsthilfegruppe für betroffene Frauen**

Graz

Mag.a Carmen Presser-Gößler
 0664 5410951
 c.presser@a1.net

REIZDARM

reizdarm-community

Graz

Margarita Strimitzer, BSc
reizdarm.community@gmail.com
www.reizdarm-community.at

RHEUMA

Elterngemeinschaft rheumatischer Kinder

Graz

Margit Walch
0664 1203103
margit.walch68@gmail.com

Österreichische Rheumaliga - Polyarthritis Selbsthilfegruppe Graz

Graz

Ingrid Isak, Lieselotte Litscher
0664 73829082, 0664 4863236
ingrid.isak@gmx.at, lieselotte.litscher@aon.at
www.rheumaliga.at

Selbsthilfegruppe Sjögren Steiermark

Graz

Silvia Schauer
0699 12551545
sjoegren-steiermark@gmx.at

Verein Selbsthilfe Sklerodermie Österreich

Graz

Barbara Trampusch
0676 5520803
selbsthilfe.sklerodermie@gmail.com

Selbsthilfegruppe Rheuma Ennstal

Liezen

Monika Zefferer
0676 5243109
rheuma.shg.ennstal@gmail.com

SAMMELLEIDENSCHAFT/MESSIES

Sammelleidenschaften / Messies -

Graz

Selbsthilfegruppe für Betroffene und Angehörige

Elfi Riedl, Bernhard Krajnc

0676 6402267, 0680 5506844

salescha@gmx.at

SCHÄDEL-HIRN-TRAUMA

Selbsthilfegruppe SHT-Schlaganfall

Steiermark

Steiermark für Patient:innen und Angehörige

Helmut Wurzinger

0664 2500163

shg-sht-schlaganfall-stmk@gmx.at

www.sht-schlaganfall-stmk.at

SCHLAFAPNOE/SCHLAFSTÖRUNGEN/SCHNARCHEN

Schlafapnoe & Schnarchen - Selbsthilfegruppe Steiermark

Graz

Mag. Franz Fötsch

0680 3034508

franz.foetsch@aon.at

www.schlafapnoe-selbsthilfe.at

Selbsthilfegruppe Schlafapnoe Österreich

Österreich

Josef Hoza

0664 1508627

info@ssoe.at

www.ssoe.at



SCHLAGANFALL

Selbsthilfegruppe SHT-Schlaganfall **Graz**

Steiermark für Patient:innen und Angehörige

Helmut Wurzinger

0664 2500163

shg-sht-schlaganfall-stmk@gmx.at

www.sht-schlaganfall-stmk.at

Schlaganfall - Selbsthilfegruppe Bruck-Kapfenberg **Bruck/Mur**

Mag. Stephan Werner

Kapfenberg

0699 18034650

stephan.werner@gmx.at

SCHMERZEN

Interstitielle Cystitis - IC Steiermark **Graz**

Sylvia Schneider

0676 7039671

sylvia.tanzen@gmail.com

Selbsthilfegruppe „Schmerz“ Hartberg **Hartberg**

Willibald Kilian Riedl, Ingrid Pralle

0664 3441689, 0676 6710690

riedl@hartberg.info, pralleingrid@gmail.com

SCHWANGERSCHAFT

Folgewunder - Eltern von Regenbogenkindern **Graz**

Carmen Klein-Dupkanic, Andrea Hold

0650 3923393, 0699 10284604

shg-folgewunder@gmx.at

www.sternenkindeltern.at

www.psychologin-klein.at/selbsthilfegruppe/

SEHBEEINTRÄCHTIGUNG UND BLINDHEIT

Blinden- und Sehbehindertenverband Steiermark **Steiermark**

Christian Schoier
0316 682240
obmann@bsvst.at
www.bsvst.at

**Blinden- und Sehbehindertenverband Steiermark -
Regionalgruppe Bruck/Mur** **Bruck/Mur**

Günter Mimra
0650 2720430, 03862 333594
office@bsvst.at
www.bsvst.at

**Blinden- und Sehbehindertenverband Steiermark -
Regionalgruppe Hartberg** **Hartberg**

Frieda Schwarz
03338 3375
office@bsvst.at
www.bsvst.at

**Blinden- und Sehbehindertenverband Steiermark -
Regionalgruppe Leoben** **Leoben**

Evelyn Moser
0650 6834884
office@bsvst.at
www.bsvst.at

**Blinden- und Sehbehindertenverband Steiermark -
Regionalgruppe Mürzzuschlag** **Mürzzuschlag**

Renate Teveli
0664 2028667
office@bsvst.at
www.bsvst.at

Elternselbsthilfe Steiermark für blinde und sehgeschädigte Kinder

Steiermark

Silke Schließsteiner

0664 4099791

silke.schliessteiner@gmail.com

www.esh.at

Odilien-Institut - Verein zur Förderung und Betreuung

Graz

Sehbehinderter und Blinder Steiermark

0316 322667-50

beratung@odilien.at

www.odilien.at

Beratung DI 9-17 Uhr & DO 9-14 Uhr nach tel. Vereinbarung

SEXUELLER MISSBRAUCH

„Seelenstammtisch“ - Selbsthilfegruppe für Missbrauchs- und Misshandlungsoffer

Graz
Hartberg

Jörg Rothenpieler, Alexander Mautner

0664 3765850, 0699 19583178

joerg.rothenpieler@chello.at, am@archipol.at

SKLERODERMIE

Verein Selbsthilfe Sklerodermie Österreich

Graz

Barbara Trampusch

0676 5520803

selbsthilfe.sklerodermie@gmail.com

SKOLIOSE

Skoliose Netzwerk Österreich

Graz
Kapfenberg

Daniela Hohenwarter

0664 3947663

info@skoliosenetzwerkoesterreich.com

www.skoliosenetzwerkoesterreich.at

SPEISERÖHRENFEBLBILDUNG

**KEKS Österreich - Patienten- und Selbsthilfeorganisation
für Kinder und Erwachsene mit kranker Speiseröhre**

Österreich

Lisa Mülneritsch

lisa.muelneritsch@keks.at, info@keks.at

www.keks.at

SPIELSUCHT

Selbsthilfegruppe Gemeinsam Spielfrei

Graz

Online-Treffen MO, 19 - 20 Uhr

Gerald Pfeifer

0664 88846760

gemeinsam.spielfrei@bas.at

Selbsthilfegruppe „HEUTE NICHT“

Graz

Treffen DO, 19 - 21 Uhr (außer Feiertag)

0664 1956018

SPINA BIFIDA

Spina Bifida und Hydrocephalus Österreich

Steiermark

Andrea Fischer

0664 1015205

hompref@a1.net

www.sbho.at

STILLEN

Österreichische Arbeitsgemeinschaft

Steiermark

Freier Stillgruppen - ÖAFS

Lisa Zöhrer

0699 19426056

lisa.zoehrer@afs-stillen.at

www.oefafs-stillen.at

TINNITUS

ÖTL - Österreichische Tinnitus Liga - Selbsthilfegruppe Graz

Graz

Ing.in Susanna Freitag
0699 19119730
susanna.freitag1@chello.at
www.tinnitus.at

TRANSGENDER/INTERSEXUALITÄT

Selbsthilfegruppe Transgender Graz - Gesellschaft für Transidentität und Intersexualität

Graz

Sandra & Severon
0677 62579899
transgender.graz@gmx.at
graz.transgender.at

TRAUER

Offene Trauergruppe der Stadtkirche Graz

Steiermark

Bernhard Pletz
0676 87422782
bernhard.pletz@graz-seckau.at
www.katholische-kirche-steiermark.at/trauer

„Red ma drüber“ - Von Betroffenen für Betroffene

Vorau

Patriz Pichlhöfer
0664 88747201
gesundheit@vorau.gv.at
www.vorau.at

Spaziergänge für trauernde Menschen

Steiermark

Bernhard Pletz
0676 87422782
bernhard.pletz@graz-seckau.at
www.katholische-kirche-steiermark.at/trauer

Trauergruppe für junge Erwachsene Graz**Graz**

Charlotte E. E.
0650 9071998
graz.junge.erwachsene@gmail.com
www.trauergruppe-graz.at

Selbsthilfegruppe „Verwaiste Eltern“**Graz**

Hanna Caspaar
0664 5336044
hacas444@gmail.com
www.verwaisteeltern.at

TRAUER/SUIZID/TOD EINES KINDES

„Kleiner Stern“ - Selbsthilfegruppe für Sternenkinderlern**Frohnleiten**

Katharina Wieser
0650 8038939
info@storchennest-familienzentrum.at
www.storchennest-familienzentrum.at

Offene Trauergruppe der Stadtkirche Graz**Graz**

Bernhard Pletz
0676 87422782
bernhard.pletz@graz-seckau.at
www.katholische-kirche-steiermark.at/trauer

Selbsthilfegruppe „Angehörige nach Suizid“**Graz**

Hanna Caspaar
0664 5336044
hacas444@gmail.com
www.verwaisteeltern.at



Gerhard Hammerl

Jugend am Werk - Malwerkstatt

Sternenstaub - Eltern von Sternenkindern Selbsthilfegruppe für Eltern nach Fehlgeburt, stillter Geburt und Tod des Kindes kurz nach der Geburt Andrea Hold, Kathrin Bitzer-Kaufmann 0699 10284604, 0660 3150551 shg.sternenkindeltern@gmail.com www.sternenkindeltern.at	Graz
STERNENKINDER - ein Leben ohne euch Selbsthilfegruppe Simone Hainz 0664 88416506 simone.hainz@gmx.net www.facebook.com/SHGSternenkinder	Mürzzuschlag
Spaziergänge für trauernde Menschen Bernhard Pletz 0676 87422782 bernhard.pletz@graz-seckau.at www.katholische-kirche-steiermark.at/trauer	Graz
Trauergruppe Verwaiste Eltern Maria Salchenegger 0650 9949855 mariasalchenegger@gmail.com www.rettet-das-kind-stmk.at	Kapfenberg
Selbsthilfegruppe „Verwaiste Eltern“ Hanna Caspaar 0664 5336044 hacas444@gmail.com www.verwaisteeltern.at	Graz

TRAUMA

**LOTUS - Frauenselbsthilfe bei Traumafolgen und PTBS -
Leben-Orientierung-Trauma-Und-Selbsthilfe**

Leoben

Michaela

selbsthilfe.trauma@gmail.com

<https://selbsthilfe-trauma.wixsite.com/forum>

UNFALL

Selbsthilfegruppe „Self Hands“

Graz

Katrin & Markus Marquart

0660 2663243

marquart.ms2@gmail.com

www.facebook.com/SelfHandsHilfe

UNFRUCHTBARKEIT/UNERFÜLLTER KINDERWUNSCH

**Persephone - Selbsthilfegruppe für
Menschen mit Fruchtbarkeitsproblemen**

Graz

Marina & Claudio

persephone.graz@outlook.com

www.persephone.at

VERDAUUNGSPROBLEME

reizdarm-community

Graz

Margarita Strimitzer, BSc

reizdarm.community@gmail.com

www.reizdarm-community.at

ZÖLIAKIE

Österreichische Arbeitsgemeinschaft Zöliakie

Steiermark

Eva Terler

0660 5943495

steiermark@zoeliakie.or.at

www.zoeliakie.or.at

ZWANGSSTÖRUNGEN

Selbsthilfegruppe für Zwangserkrankte/Psychisch Erkrankte

Mariazell

Online-Treffen SO, 19 -21 Uhr

Josef Emmerich Ganser

shgzwang@gmx.at

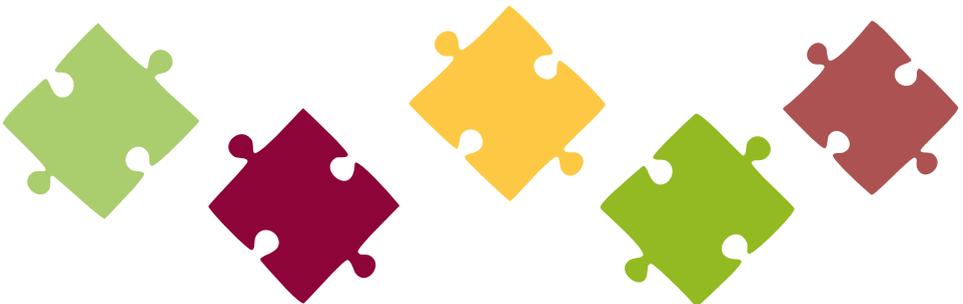
Skin Picking und Trichotillomanie

Graz

Marion

0664 5093795

skinpicking.selbsthilfegruppe@gmail.com



Selbsthilfe in Österreich

Steiermark

Selbsthilfe Steiermark

T: 050 79005910

office@selbsthilfe-stmk.at

www.selbsthilfe-stmk.at

Burgenland

Selbsthilfe Burgenland

T: 02682 90301

office@selbsthilfe-bgld.at

www.selbsthilfe-bgld.at

Kärnten

Dachverband Selbsthilfe Kärnten

T: 0463 504871

office@selbsthilfe-kaernten.at

www.selbsthilfe-kaernten.at

Niederösterreich

Dachverband NÖ Selbsthilfe

T: 02742 22644

info@selbsthilfenoe.at

www.selbsthilfenoe.at

Oberösterreich

Selbsthilfe OÖ - Dachverband
der Selbsthilfegruppen

T: 0732 797666

office@selbsthilfe-ooe.at

www.selbsthilfe-ooe.at

Selbsthilfegruppen - Kontaktstelle
Magistrat der Stadt Wels

T: 07242 235-1749

selbsthilfe.spb@wels.gv.at

www.wels.gv.at

Salzburg

Dachverband Selbsthilfe Salzburg

T: 05 0766-171800

office@selbsthilfe-salzburg.at

www.selbsthilfe-salzburg.at

Zweigstelle Schwarzach

T: 06415 7101-2712

Tirol

Dachverband Selbsthilfe Tirol

T: 0512 577198

dachverband@selbsthilfe-tirol.at

www.selbsthilfe-tirol.at

Zweigverein Osttirol

04852 606290

info@selbsthilfe-osttirol.at

www.selbsthilfe-osttirol.at

Vorarlberg

Selbsthilfe Vorarlberg

T: 0664 4349654

info@selbsthilfe-vorarlberg.at

www.selbsthilfe-vorarlberg.at

Wien

Selbsthilfe-Unterstützungsstelle

SUS Wien

T: 01 4000-76944

selbsthilfe@wig.or.at

www.sus-wien.at

Medizinisches Selbst-
hilfezentrum Wien

T: 0699 17396488

office@medshz.org

www.medshz.org



**Auffangen
Ermutigen**



Informieren
Orientieren
Unterhalten





_ jugend am werk

Lauzilgasse 25, 8020 Graz
Tel. +43 (0) 50 / 7900 5910
Mobil +43 (0) 664 / 8000 64015
office@selbsthilfe-stmk.at
www.selbsthilfe-stmk.at



Bürozeiten

Mittwoch 14–16 Uhr,
Dienstag und Donnerstag 9–12 Uhr
oder Termine nach Vereinbarung