

SELBST HILFE GRUPPEN

in Ostwürttemberg

Auflage
2026/27

KIGS 

KONTAKT- UND INFOSTELLE gesundheitliche
Selbsthilfegruppen bei der AOK Ostwürttemberg

Notrufnummern

Polizei Notruf 110

Feuerwehr Rettungsdienst 112

Ärztlicher Bereitschaftsdienst 116 117

Telefonseelsorge 116 123

**Hotline für hilfesuchende Kinder
„Nummer gegen Kummer“ 116 111**

**Hotline für Opfer
von Verbrechen 116 006**

**Hilfetelefon
„Gewalt gegen Frauen“ 116 016**

Grußwort

Sehr geehrte Damen, sehr geehrte Herren,



In der Medizin gibt es sehr beeindruckende Fortschritte bei vielen Therapien. Doch für eine Genesung braucht es mehr.

Wenn Patientinnen und Patienten nach einer lebensverändernden Diagnose allein bleiben, stößt auch das beste medizinische System an seine Grenzen. Das Gefühl, mit den eigenen Schmerzen und Nöten völlig allein zu sein, bremst die Genesung aus.

Daher ist trotz aller notwendigen Digitalisierung und virtueller Austauschforen eines unersetzlich: echte menschliche Nähe.

Genau hier setzen wir an und füllen unser Versprechen „GESUNDNAH“ mit Leben.

Es bedeutet Präsenz vor Ort, ein offenes Ohr und den aktiven Aufbau von tragfähigen Netzwerken für die Menschen in Ostwürttemberg.

Als Gesundheitskasse übernehmen wir gesellschaftliche Verantwortung und unterstützen aktiv den Zusammenhalt, etwa durch die Stärkung der Selbsthilfe vor Ort.

Mit unserer Kontakt- und Informationsstelle (KIGS) in Ostwürttemberg bringen wir seit über 40 Jahren Menschen mit gleichen Krankheitsbildern zusammen.

Wer sich mit Menschen austauscht, die dasselbe durchmachen, gewinnt neue Perspektiven und immense Kraft für den Alltag. Das ist die wirksamste Medizin, für die es kein Rezept gibt.

Ich wünsche Ihnen viel Erfolg bei der Suche nach einer passenden Gruppe, in der Sie sich verstanden und unterstützt fühlen.

Es grüßt Sie herzlich
Hans-Joachim Seufferlein

Geschäftsführer
AOK – Die Gesundheitskasse
Ostwürttemberg

Kontakt- und Informationsstelle für gesundheitliche Selbsthilfegruppen (KIGS)

Für den Ostalbkreis und den Landkreis Heidenheim ist die kassenunabhängige Selbsthilfekontaktstelle bei der AOK Ostwürttemberg angesiedelt. Ratsuchende werden von Mitarbeiterinnen des Sozialen Dienstes persönlich oder telefonisch beraten.

Haben Sie kein passendes Angebot gefunden?
Möchten Sie eine Selbsthilfegruppe gründen?
Gibt es Änderungen bei den bestehenden Gruppen?
Wenden Sie sich an Ihre KIGS Ostwürttemberg:



Anette Melchinger
Dipl.-Sozialpädagogin
(BA)

Wiener Straße 8
73430 Aalen

Telefon: 0711 6525-12208

kigs-ostwuerttemberg@bw.aok.de
www.kigs-ostwuerttemberg.de

Was bietet die KIGS?

- * Unterstützung und Beratung bei der Gründung von Selbsthilfegruppen
- * Informationen zu Pauschal- und Projektförderung und finanzielle Unterstützung
- * Infrastrukturelle Hilfen, z. B. Verleih technischer Medien (Laptop, Beamer, Medienkoffer etc.)
- * Anlaufstelle bei Schwierigkeiten und Konflikten in der Gruppe
- * Unterstützung bei der Öffentlichkeitsarbeit
- * Interessenvertretung der Selbsthilfe, z. B. in Arbeitskreisen
- * regelmäßige Gesamttreffen für alle Selbsthilfegruppen in den Regionen Aalen, Heidenheim, Schwäbisch Gmünd
- * Seminare für Gruppenleitungen
- * Organisation und Durchführung gemeinsamer Aktionen mit der Selbsthilfe, z. B. Med&More-Veranstaltungen

Was bedeutet Selbsthilfe?

Die gesundheitliche Selbsthilfe ergänzt das professionelle Gesundheitssystem durch Erfahrungen von Betroffenen. Selbsthilfe bedeutet, die eigenen Probleme selbst in die Hand zu nehmen und aktiv, im Rahmen der eigenen Möglichkeiten, nach Lösungen zu suchen.

Selbsthilfe wirkt, weil ...

- * Gleichbetroffene Verständnis aufbringen
- * Ein gemeinsames Thema verbindet
- * Alle Teilnehmenden gleichgestellt sind
- * Besprochenes vertraulich bleibt
- * Zugehört wird ohne zu werten
- * Ein regelmäßiger Austausch stattfindet
- * Man nicht alleine ist und gemeinsam vieles leichter wird

Wie werden Selbsthilfegruppen finanziell gefördert?

Die Rahmenbedingungen und alle wichtigen Hinweise zur Selbsthilfeförderung durch die gesetzliche Krankenversicherung in Baden-Württemberg, Informationen zu den Förderverfahren, Ansprechpartner sowie die Antragsformulare finden Sie im Internet unter: www.gkv-selbsthilfefoerderung-bw.de/selbsthilfegruppen-foerderverfahren/

Wie ist der Wegweiser aufgebaut?

- * Die Gruppen sind zu den einzelnen Themen und Krankheitsbildern zusammengefasst. Diese sind alphabetisch sortiert.
- * Gruppen für Angehörige finden sich jeweils unter den entsprechenden Krankheitsbildern.
- * Nähere Informationen erhalten Sie direkt bei den Gruppen und Kontaktpersonen.
- * Neben Selbsthilfegruppen sind weitere Gesprächsangebote aufgeführt, die zum Teil nicht ehrenamtlich geleitet werden.
- * Die Auflistung in diesem Wegweiser ist nicht abschließend.

Selbsthilfegruppenwegweiser sind stets eine Momentaufnahme von Angeboten zu einem bestimmten Zeitpunkt. Änderungen können sich bereits während des Drucks ergeben.

Der Wegweiser ist bei der KIGS auch als PDF erhältlich oder kann über den QR-Code auf der Rückseite heruntergeladen werden.

Adipositas



SHG Adipositas chirurgisch Ostalb
Uwe Sauer
0170 8529336
07361 8098259
*facebook: Adipositaszentrum Aalen -
SHG Adipositas*

Adipositas Selbsthilfegruppe Heidenheim
Klaus Strambach
0155 60710213
adipositas-selbsthilfe-alb-donau@web.de

Alkohol- abhängigkeiten

Siehe unter Suchterkrankungen

Amputationen

SHG Arm- und Bein-Amputierte Ostwürttemberg
Ingrid Gottstein
0173 3041632
igottstein@t-online.de

Aphasie

SHG Aphasie Heidenheim
Hermine Gutmair
07321 46153

Siehe auch unter Schlaganfall

Arthrose

Siehe unter Rheuma

Atemwegs- erkrankungen

Siehe unter Sauerstoff-Therapie

Aufmerksamkeits- defizitsyndrom mit/ohne Hyperaktivität

ADHS/ADS – Gesprächskreis
Schwäbisch Gmünd
Eltern- sowie Erwachsenenengruppe
Regionalgruppe des ADHS Deutschland e.V.
Bernhard Lange
07171 9223332 (AB)
Karin
0151 55585246 (AB)
rg.schwaebisch-gmuend@adhs-deutschland.de

Siehe auch unter Neurodivergenz

Autismus und Asperger- Syndrom

SHG Autismus Ostalb
Andreas Kapfer
ilanka@gmx.de

„autistisch begabt“
Elternnetzwerk mit betroffenen Kindern
und Jugendlichen im Autismus Spektrum
Ellwangen und Umgebung
Kathrin Schauer
info@autistisch-begabt.de
www.autistisch-begabt.de

Elternselbsthilfeinitiative
Autismusspektrumstörung
Schwäbisch Gmünd
info@ass-gd.de
www.ass-gd.de

Siehe auch unter Neurodivergenz

Behinderungen

Siehe unter Menschen mit Behinderungen

Blindheit

VisuAAI
Eine Initiative für Menschen, die schlecht Sehen –
wir verstehen uns blind!
Stadt Aalen – Frau Bosch
07361 521248
visuaal-aalen@t-online.de

Allg. Blinden- und Sehbehindertenhilfe e.V.
ABSH
Regionalgruppe Ostalb-Hohenlohe
Jürgen Dreher
07964 3173
rg-ostalb@abs-hilfe.de

Blinden- und Sehbehindertenverband
Württemberg e.V.
Bezirksgruppe Ostalb
Gerd Widmann
07195 177090
Heike Riedel
0176 42517306
ostalb@bsv-wuerttemberg.de

Brustkrebs

Siehe unter Krebserkrankungen

Burnout

Siehe unter psychische Erkrankungen

Cochlea Implantat

Siehe unter Hörschädigungen

Colitis Ulcerosa

Siehe unter Darmerkrankungen

COPD

Siehe unter Sauerstoff-Therapie

Darmerkrankungen

COMO Ostalb Aalen
Marco Zeller
0179 1531441
marco.oliver.zeller@gmail.com

Uwe Gröschl
0172 6438601
uwe.groeschl@gmail.com

Darmkrebs

Siehe unter Krebserkrankungen – Darmkrebs
und Stomaträger

Demenz

Siehe unter Gedächtniseinschränkungen und
Pflegende Angehörige

Depressionen

Siehe unter psychische Erkrankungen

Diabetes Mellitus

Diabetiker, insulinpflichtig, Aalen
Gisela Gramlich
07361 32166
0171 4844430
info@jagd-gramlich.de

Diabetiker-SHG Schwäbisch Gmünd
Ingrid Mangiapane
07171 30540

Drogen- abhängigkeiten

Siehe unter Suchterkrankungen

Endometriose



EndoMEET Schwäbisch Gmünd und Umgebung
Annika Wiese
endomeet.sgd@gmail.com
Instagram: @endomeet.sgd
www.endomeet-sgd.de

Kontaktperson (keine Gruppentreffen)

Theresia Eisele
07171 75084

Epidermolysis Bullosa

Siehe unter Gendefekte

Epilepsie

Kontaktperson (keine Gruppentreffen)

SHG für Anfallsranke Heidenheim
Charlotte Rollwagen
0176 22781496

Fibromyalgie



SHG Fibromyalgie Ellwangen I
Rheuma-Liga Baden-Württemberg e.V.
Edeltraud Kühn
07961 9246589
t.kuehn@rheuma-liga-bw.de
www.rheuma-liga-bw.de

SHG Fibromyalgie Ellwangen II
Rheuma-Liga Baden-Württemberg e.V.
Anna Pfitzer
07961 3601
a.pfitzer@rheuma-liga-bw.de

SHG Fibromyalgie und seltene rheumatische
Erkrankungen Heidenheim und Neresheim
Rheuma-Liga Baden-Württemberg e.V.
Beatriz Wietzorek
07326 919705
b.wietzorek@rheuma-liga-bw.de
www.rheuma-liga-bw.de

Fibromyalgie Selbsthilfegruppe
Schwäbisch Gmünd
Nicole Claren
0711 99795691
fibroschwaebischgmuend@web.de

Siehe auch unter Rheuma

Frauen

Frauengruppe Schwäbisch Gmünd
Für Frauen mit körperlicher oder seelischer
Gewalterfahrung
Problematische Beziehung/ Trennung
selbsthilfe@fhf-gd.de

Siehe auch unter Gewalt, Kaiserschnitt, Mütter
und psychische Erkrankungen

Frühgeborene

Kontaktperson (keine Gruppentreffen)
Frühchen Schwäbisch Gmünd
Stefanie Nagel
07171 999116
steffi@louisklenewelt.de

Gedächtnis- einschränkungen

DemMoryTreff
Unterstützte Selbsthilfegruppe für Menschen
mit Gedächtniseinschränkungen
Giengen
Magdalene Mönch
0173 9061444
DemMory@gmx.de

Unterstützte Selbsthilfegruppe für Menschen
mit Gedächtniseinschränkungen
DRK Kreisverband Schwäbisch Gmünd e.V.
07171 350684
demenzberatung@drk-gd.de

Siehe auch unter Pflegende Angehörige

Gehörlos

Siehe unter Hörschädigungen

Gelenkerkrankungen

Siehe unter Fibromyalgie und Rheuma

Gendefekte

Kontaktperson (keine Gruppentreffen)

Interessengemeinschaft Sturge-Weber-Syndrom
Daniela Hitzler
07972 8814945
daniela.hitzler@sturge-weber.de
www.sturge-weber.de

Kontaktperson (keine Gruppentreffen)

Ullrich-Turner-Syndrom
mondscheinprinzessin2@gmx.de

Kontaktperson (keine Gruppentreffen)

Epidermolysis Bullosa
Holger Schmid
07365 6614

Deutsche Klinefelter-Syndrom Vereinigung e.V.
Regionalgruppe Baden-Württemberg
Sabine Rieger
0174 1972161
sabine.rieger@dksv.de

Siehe auch unter Neurofibromatose

Gewalt

Häusliche Gewalt

SHG Gemeinsam stark gegen Gewalt
Victoria Bohn
0170 5903025
selbsthilfegruppe-gewalt@web.de

Siehe auch unter Frauen

Herzerkrankungen

Kinder

Herzkinder Ostalb
Petra Gold-Oelkuch
0176 62146404

Tanja Spiegler
0173 9433119
herzkinder.ostalb@gmx.de

Hinterbliebene

Siehe unter Trauer

Hörschädigungen

SHG CI Gruppe Aalen (Cochlea Implantat)
Marina Mattburger
Claudia Kuhn
cigruppeaa@gmail.com
blechoehrchen.aalen@civ-bawue.de
www.civ-bawue.de

Gehörlosenverein Ostalb e.V. Sitz Aalen
Karin Gaida
Karin.Gaida1960@t-online.de

SHG Gehörlose Senioren Schwäbisch Gmünd
Fax: 07171 44825
berthold.ilg@freenet.de

CI-SHG Ulm
Ingrid Wilhelm
07321 22549
ingrid.wilhelm@civ-bawue.de
www.civ-bawue.de

Hypertonie (pulmonal)

Kontaktperson (keine Gruppentreffen)
Pulmonale Hypertonie (PH e.V.)
Hermann Kopp
07361 76822

Kaiserschnitt

Kontaktperson (keine Gruppentreffen)
SHG für Frauen nach Kaiserschnitt
„Die Kaiserinnen“
Tara Maurer
kaiserinnen-ostalb@gmx.de

Kehlkopflose Kehlkopfooperierte

SHG der Kehlkopflosen und Kehlkopfooperierten
Heinz Ebert
07366 6683
www.kehlkopflose-ostalb.de

Kindstod

Kontaktperson (keine Gruppentreffen)
Sternschnuppe
Initiative REGENBOGEN
„Glücklose Schwangerschaft“ e. V.
Conny Zappe
0176 22503121
beratung-consilia.zappe@gmx.de

Ruth Bauer
07182 8215
ruth@bauer-tannhof.de

Siehe auch unter Plötzlicher Kindstod,
Trauer und Verwaiste Eltern

Klinefelter-Syndrom

Siehe unter Gendefekte

Krebserkrankungen

Darmkrebs und
Stomaträger

Gruppe Aalen – Schwäbisch Gmünd
Deutsche ILCO e.V.
Gerhard Winkler
07367 920247
winkler_gerhard@web.de
www.ilco.de

Gruppe Heidenheim
Deutsche ILCO e.V.
Ingeborg Wieland
07321 24521
inge.wieland@t-online.de

Gruppe Wört-Crailsheim
Deutsche ILCO e.V.
Ralph Krauß
07951 46227
ralph30653@gmail.com

Bärbel Leh
07951 24410
lehbaerbel@gmail.com

Krebserkrankungen

Frauen, Männer

Frauen nach Krebs Aalen
Jutta Schnizler
07361 44170
starkefrauennachbrustkrebs@web.de

Frauenselbsthilfe nach Krebs
(Männer und Frauen) in Bopfingen
Bettina Martin
07362 956499 (ab 18 Uhr)
bet.martin@t-online.de

Erika Eisenhut
07362 3413
erika.eisenhut@t-online.de

Frauenselbsthilfe Krebs e.V.
Gruppe Heidenheim 1 und 2
Susanne Mandl
07321 20277
s.mandl@frauenselbsthilfe-bw.de
www.frauenselbsthilfe-bw.de

Offener Gesprächskreis (OGK)
für Frauen nach Krebs Schwäbisch Gmünd
Elisabeth Stanislawski
07174 5918

Krebserkrankungen

Leukämie und Lymphome

SHG Leukämie und Lymphome
Schwäbisch Gmünd
Dr. Hans Gruninger
0173 3418892

Krebserkrankungen

Lungenkrebs

Selbsthilfegruppe Lungenkrebs
Schwäbisch Gmünd
Hervé Bienfait
shg.lungenkrebs.gd@gmx.de

Krebserkrankungen

Prostatakrebs

Selbsthilfegruppe Prostatakrebs
Schwäbisch Gmünd
info@prostatakrebs-gd.de
www.prostatakrebs-gd.de

Legasthenie und Dyskalkulie

Legasthenie und Dyskalkulie
Elterngroupe Ostalbkreis
01573 3081979
ledy.elterngruppe.aa@t-online.de

Lipödeme Lymphödeme

SHG Lily Kocher Jagst
Barbara Rossmann
0170 8315370
Ute Zeller
0175 2082335
Lilykocherjagst@web.de

Lungen- erkrankungen

Siehe unter Sauerstoff-Therapie und Krebs-
erkrankungen – Lungenkrebs

Menschen mit Behinderungen



Körperbehindertenverein Ostwürttemberg e.V.
07361 89222
kbvo.ev@t-online.de
www.kbvo-ow.de

Mein Herz lacht e.V.
Community für Eltern beeinträchtigter Kinder
Ortsgruppe Heidenheim
www.meinherzlacht.de

Freunde schaffen Freude e.V.
Dischingen
Wolfgang Klaschka
07322 3801

Steffi Zengerle
07327 9227688

Migräne

SHG Migräne Aalen
Margit Bösmann
07361 71874
margit.boesmann@gmx.de

Morbus Crohn

Siehe unter Darmerkrankungen

Morbus Meniere

SHG Meniere
Elke Ebinger
07172 911675
meniere.lorch@gmail.com

Mütter

Selbsthilfegruppe für belastete
und überforderte Mütter Ostalb
0163 2955598
fuer-mamas@web.de

Siehe auch unter Kaiserschnitt und
psychische Erkrankungen

Multiple Sklerose

AMSEL – Kontaktgruppe Aalen
Edeltraud Strobel
07361 970412
aalen@amsel.de
www.amsel.de/aalen

AMSEL – Kontaktgruppe Heidenheim
Jutta Hönig
07322 23311
jutta@hoenig-giengen.de
*www.amsel.de/regional/gruppen/kontaktgruppe-
heidenheim/*

AMSEL – Kontaktgruppe Schwäbisch Gmünd
Eberhard Bauder
07173 12435

Thomas Jann
07972 911486
schwaebisch-gmuend@amsel.de
www.amsel.de/schwaebisch-gmuend

Nahrungsmittel- unverträglichkeiten



DZG Zöliakiegruppe
Kinder und Jugendliche
Anja und Richard Ross
07164 800591
glutenfrei-gp-gd@kp-dzg-online.de

Kontaktperson (keine Gruppentreffen)

Zöliakie Gruppe Heidenheim
Britta Weller-Kübler
0176 23223260
britta@kpunkt-marketing.de

Neurodivergenz

Neurobunt
Unterstützende Selbsthilfegruppe für Eltern
neurodivergenter Kinder
info@neuro-bunt.de
www.neuro-bunt.de



Neurofibromatose

SHG Neurofibromatose Ostalbkreis
Melanie Preuß
0151 57506600
preussi73@aol.com

Osteoporose



Rheuma-Liga Aalen
Osteoporose Gesprächskreis (nach der Therapie)
07365 356 (AB)

Osteoporose SHG Ostalb (OSO)
Regine Wilky
07171 42156

Parkinson



DRK Parkinson Treff Aalen
Jutta Fallenbüchel
07361 9512004
jutta.fallenbuechel@drk-aalen.com

Parkinson Selbsthilfegruppe Heidenheim
parkinsongruppe.hdh@web.de
www.heidenheim.parkinson-vereinigung.de

Parkinson Selbsthilfegruppe Schwäbisch Gmünd
Rochus Bindner
07171 9039076
parkinson-selbsthilfegruppe-gmuend@gmx.de
www.bindner.de

Pflegende Angehörige

Gesprächskreise

Gesprächskreis für Pflegende Angehörige Aalen
Kath. Sozialstation St. Martin gGmbH
Christine Class
07361 32183
info@christine-class.de

Gesprächskreis für Pflegende Angehörige
Ellwangen
Kath. Sozialstation St. Martin gGmbH
Christine Class
07361 32183
info@christine-class.de

Gesprächskreis für Pflegende Angehörige
Krankenpflegeverein Gerstetten
Martina Müller
07323 9280675
www.krankenpflegeverein-gerstetten.de

Selbsthilfegruppe für pflegende Angehörige
Schwäbisch Gmünd
Egon Behr
0151 26619730
pflegende-angehoerige-gd@web.de

Pflegende Angehörige

Gesprächskreise für pflegende Angehörige von demenzerkrankten Menschen

Gesprächskreis für Angehörige von demenzerkrankten Menschen
Sozialstation Abtsgmünd gGmbH
Susanne Wirth
07366 96330
info@sst-abtsgmuend.de
s.wirth@sst-abtsgmuend.de
www.sozialstation-abtsgmuend.de

Gesprächscafé Alter und Demenz
Ökumenische Sozialstation Giengen
0173 9061444
www.sozialstation-giengen.de

AfA (Austausch für Angehörige von Menschen mit Demenz)
DRK Kreisverband Schwäbisch Gmünd e.V.
07171 350684
demenzberatung@drk-gd.de

„Bewegte“ Selbsthilfegruppe für Angehörige von Menschen mit Demenz
DRK Kreisverband Schwäbisch Gmünd e.V.
07171 350684
demenzberatung@drk-gd.de

Plötzlicher Kindstod

Kontaktperson (keine Gruppentreffen)
GEPS – Gemeinsame Elterninitiative plötzlicher Säuglingstod e.V.
Anne Bannert
07362 4201

Siehe auch unter Kindstod, Trauer und Verwaiste Eltern

Prostatakrebs

Siehe unter Krebserkrankungen – Prostatakrebs

Psychische Erkrankungen

SHG für Mütter mit psychischen Belastungen
nach der Geburt
shg-muetter@palidor.de

Betreuter Treff für psychisch kranke Menschen
Aalen
Verein für seelische Gesundheit e.V. Ostalbkreis
01575 2382205
www.vsg-ostalb.de

Freunde u. Förderer der Aalener Psychosomatik e.V.
Gesprächskreis 1,2,3 und 4 in Aalen
Stefan Egelhof
0151 15645422
www.foerderverein-psychosomatik-aalen.de

Emotions Anonymous (EA)
SHG für emotionale und seelische Gesundheit
Gruppe Ellwangen
07961 2565
www.ea-selbsthilfe.net

SHG Begegnung für Menschen in Abhängigkeiten
und Lebenskrisen und deren Angehörigen
Giengen
07322 911087

SHG Psychosomatische Ängste und
Panikattacken (PÄPA)
Schwäbisch Gmünd
0170 1166499 (18–20.00 Uhr)

Emotions Anonymous (EA)
SHG für emotionale und seelische Gesundheit
Gruppe Schwäbisch Gmünd
Albert Seitzer
07171 9083568
www.ea-selbsthilfe.net

Psychische Erkrankungen

Depressionen

SHG Depression Heidenheim
Horst Cantarutti
0162 4755962
SHGDepressionHDH@gmx.de

Aktiv trotz Depression
Selbsthilfegruppe für
Menschen mit Depressionen
Schwäbisch Gmünd
0160 5229908

Psychische Erkrankungen

Burnout

Betriebsseelsorge Ostwürttemberg
Karolina Tomanek
07361 59020
aalen@betriebsseelsorge.drs.de
https://betriebsseelsorge.de/arbeitsstelle/aalen

Psychische Erkrankungen

Angehörige

SHG für Angehörige von psychisch Kranken
Aalen
Verein für seelische Gesundheit e.V. Ostalbkreis
01575 2382205
0172 6210006
www.vsg-ostalb.de

SHG für Angehörige von psychisch Kranken
Schwäbisch Gmünd
Brigitte Munz
0157 30479934

Uwe Fritsch
0176 60379980
*www.vsg-ostalb.de/angehoerigengruppe/
schwäbisch-gmünd/*

P

Rheuma

R

Kontaktperson (keine Gruppentreffen)

Arge Aalen
Rheuma-Liga Baden-Württemberg e.V.
Brigitte Meck
07361 5567550
b.meck@rheuma-liga-bw.de
www.rheuma-liga-bw.de

Kontaktperson (keine Gruppentreffen)

AG Schwäbisch Gmünd
Rheuma-Liga Baden-Württemberg e.V.
0157 37261190
www.rheuma-liga.de

Siehe auch unter Fibromyalgie

Sauerstoff-Therapie Langzeit-Sauerstoff- Patienten

S

SHG - Langzeit Sauerstoffgruppe - Ostalbkreis
Rudi Mittmann
07366 9258044
aalen-sauerstoffliga@t-online.de

Selbsthilfegruppe-Sauerstoff-Heidenheim
Sylvia und Werner Gohle
07322 6281
sylviagohle@posteo.de

Schlafstörungen

SHG Schnarchen-Schlafapnoe Göppingen
Peter Kattner
07161 6512463
shg.gpschlafapnoe@gmail.com
www.lvbwss.de

Selbsthilfegruppe Besser Schlafen
Schwäbisch Gmünd
Bernhard Bormann
0172 9041708
Damaris Burkhardtmaier
shg.besserschlafen.gd@gmx.de

Schlaganfall

SHG Schlaganfall/Aphasie „Phönix“ Ellwangen
Petra Werkmann
07961 9591025
Petra-werkmann@web.de

„Die Blüte“ SHG Schlaganfall
Schwäbisch Gmünd
Ingrid Breidenstein
07171 6068198

Rainer Eichbauer
07171 42588

Siehe auch unter Aphasie

Schnarchen

Siehe unter Schlafstörungen

Schwindel

Kontaktperson (keine Gruppentreffen)
SHG Schwindel
Elke Ebinger
07172 911675
elke@ebinger-lorch.de

Sehbehinderungen

Siehe unter Blindheit

Soziale Kontakte

Soziale Kontakte Treffpunkt Bopfingen
Diakonieverband Ostalb
Jörg Dolmetsch
07361 370510
dolmetsch@diakonieverband-ostalb.de
www.diakonieverband-ostalb.de

Speiseröhren- fehlbildungen

Kontaktperson (keine Gruppentreffen)
KEKS – Patienten-und Selbsthilfeorganisation für
Kinder und Erwachsene mit kranker Speiseröhre
e.V. Aalen
Kurt Breitenbücher
07361 9753665
kurt.breitenbuecher@gmx.net

Sternenkinder

Siehe unter Trauer

Stomaträger

Siehe unter Krebserkrankungen –
Darmkrebs und Stomaträger

Sturge-Weber- Syndrom

Siehe unter Gendefekte

Suchterkrankungen

Anonyme Alkoholiker
(AA)

Anonyme Alkoholiker (AA) Aalen-Wasseralfingen
07366 4218
www.anonyme-alkoholiker.de

Anonyme Alkoholiker (AA) Ellwangen
07961 4311

Anonyme Alkoholiker (AA) Giengen
0171 1579997
www.anonyme-alkoholiker.de

Anonyme Alkoholiker (AA) Schwäbisch Gmünd
0170 4878682
aa.schwabisch.gmuend@gmail.com
www.anonyme-alkoholiker.de

Suchterkrankungen

Drogen

Nüchterne Drogisten Schwäbisch Gmünd
Daniel Baier
info@nuechterne-drogisten.de
[www.sozialberatung-gmuend.de/angebote/
selbsthilfegruppe-nuechterne-drogisten/](http://www.sozialberatung-gmuend.de/angebote/selbsthilfegruppe-nuechterne-drogisten/)

Suchterkrankungen

Freundeskreis

Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe
Aalen „Strohalm“
Gruppe für Betroffene und Angehörige
Armin und Manuela Katzer
07367 3430055

Monika Gleim
07367 4785
monikagleim@outlook.de

Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe Bopfingen
Eva Rinckleb
07966 800014

Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe Bopfingen
Frauengruppe
Hildegard Andreatta
09081 6045545

Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe Heidenheim
Peter Knöpp
07321 73832
Sonja Schütz
07324 981424
<https://freundeskreis-sucht-heidenheim.de>

Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe
Schwäbisch Gmünd – Großdeinbach
Martin Exner
0176 34156670

Suchterkrankungen

Guttempler-Gemeinschaft

Guttempler Heidenheim
Gemeinschaft Wental
O. Siebold
0176 51987107
olaf.siebold@guttempler-sw.de
suedwest@guttempler.de

S

Suchterkrankungen

Kreuzbund
Selbsthilfe- und Helfer-
gemeinschaft für Sucht-
kranke und Angehörige

Kreuzbund Aalen
Gruppe 1
07364 8814

Kreuzbund Aalen
Gruppe 7
Monika Maier
07363 6101

Rita Maier
07361 72104

.....
Kreuzbund Aalen-Wasseralfingen

Gruppe 77

Markus Kränzle

07361 941918

01520 5199503

markus.kraenzle@gmx.net

Aalen-wasseralfingen@kreuzbundgruppen.de
.....

Kreuzbund Ellwangen

Gruppe 1

Günther Feil

0162 9314200

Simon Schopf

0172 2018956
.....

Kreuzbund Ellwangen

Gruppe 2

Ursula Fuchs

07961 53883

Bernd Fuchs

07328 6919
.....

Kreuzbund Neuler e.V.

Martin Albrecht

07365 417215
.....

Kreuzbund Oberkochen e.V.

Norbert Reichmuth

0160 6809342
.....

Kreuzbund Schwäbisch Gmünd

0172 6371123

Suchterkrankungen

Spielsucht

Game Over – SHG für Suchterkrankungen,
Betroffene und Angehörige
Harald Kirr
07321 3534498
harald@gameover.jetzt
www.gameover.jetzt

Suchterkrankungen

Weitere Gruppen

Gesprächskreis für Alkoholgefährdete
Heidenheim
Klaus Görner
07321 7892
info@gfa.de

LOAM – Leben ohne Alkohol und Medikamente
Schwäbisch Gmünd
Thomas
0157 55242299

Uli
07171 8744625
www.loam-info.de

L.O.S. Lebensfreude ohne Sucht
Schwäbisch Gmünd
Manuel Simblet
0176 56866408

Harry Kuhn
0157 54473906

Siehe auch unter Suizid

Suchterkrankungen

Angehörige

Kreuzbund Aalen – Angehörige

Erika Krammerius

07361 68709

Renate Lutz

07961 9319847

aalen-angehoerige@kreuzbundgruppen.de

AL-ANON für Angehörige und Freunde
von Alkoholiker/innen

Aalen-Wasseralfingen

07361 468665 ab 18:00 Uhr

AL-ANON für Angehörige und Freunde
von Alkoholiker/innen

Gruppe Ellwangen

07961 4311

Angehörigentreff der Suchtselbsthilfe
Heidenheim

Peter Barth

07321 3212523

p.barth@landkreis-heidenheim.de

Sybille

0178 2381634

AL-ANON Familiengruppen für Angehörige
und Freunde von Alkoholikern

Gruppe Schwäbisch Gmünd

0151 56220005

www.al-anon.de

Elternkreis Ulm

Selbsthilfe für Eltern suchtgefährdeter
und suchtkranker Kinder

Jeannette Göggelmann

0151 75049290

selbsthilfe@elternkreis-ulm.de

Suizid

LEOSS – Projekt
LEBEN ERLEBEN OHNE SUCHT & SUIZID
und soziale Not
SUCHT – PRÄVENTION – SELBSTHILFE –
BEGLEITUNG
Peter Hoch
Notruftelefon 0157 53522171
leoss@projekt.de
www.leossprojekt.de

Siehe auch unter Trauer

Taubheit

Siehe unter Hörschädigungen

Transplantationen

Lebertransplantierte Deutschland e.V.
Kontaktgruppe Ostalbkreis
Klaus Gildein
07171 9981653
klaus.gildein@lebertransplantation.de

Kontaktperson (keine Gruppentreffen)

Transplant-Kids e.V.
Angebote für organtransplantierte Kinder
Familie Weth
07361 5734447
familie.weth@transplant-kids.de

Trauer

Trauergruppen (altersspezifisch)
Kinder-, Jugend- und Familienhospizdienst
Ostalb und Heidenheim
Malteser Hilfsdienst e.V.
Alexandra Schütz
07361 939435
kinderhospizdienst-now@malteser.org
www.malteser-bw.de/kinderhospizdienst/now

Café Horizont
Ökumenischer Hospizdienst Aalen e.V.
07361 555056
info@aalener-hospizdienst.de
www.aalener-hospizdienst.de

.....
Café Lichtblick – offenes Treffen für Trauernde
Café Mitten im Leben – für Trauernde im
mittleren Lebensalter
Ambulanter ökumenischer Hospizdienst
Ellwangen
07961 9695432
amb.hospizdienst-ellwangen@web.de
.....

Gruppenangebote für Trauernde
Landpastoral Schönenberg
Geistliches Zentrum des Dekanats Ostalb
Ingrid Beck
07961 924917012
www.landpastoral-schoenenberg.de
.....

Trauercafé und div. Gruppentreffen für Trauernde
Alexandra Unkauf
07321 4881300
alexandra.unkauf@elk-wue.de
www.diakonie-heidenheim.de
.....

Raum der Begegnung für Eltern
von Sternenkindern Aalen/Ostalbkreis
Andrea Gottschalk
0174 2040117

Janina Schercher
07361 8122081
sternenkinderaalen@gmail.com
https://sternenkinder-aalen.de
.....

Selbsthilfegruppe für Sternenentern
Heidenheim
info@trauer-coaching-heidenheim.de

Begegnung für Trauernde
Krankenpflegeverein Gerstetten
Martina Müller
07323 9280675
www.krankenpflegeverein-gerstetten.de

Wanderspaziergänge für Trauernde (ca. 6 km)
Herbrechtingen
Irmi Ludewig
07324 41728

Trauerkreis Schwäbisch Gmünd
Ambulanter Hospizdienst
Ökumenische Arbeitsgemeinschaft
Carola Rauch
07171 999344
0170 2942316
hospiz.GD@drs.de
www.hospiz-gd.de

Lebenscafé für Trauernde
Schwäbisch Gmünd-Rehnenhof
Seelsorgeeinheit Limeshöhe
Colette Eisenhuth
0157 87155919

Siehe auch unter Kindstod, Plötzlicher Kindstod
und unter Verwaiste Eltern

Tumorerkrankungen

Siehe unter Krebserkrankungen

T



Ullrich-Turner-Syndrom

Siehe unter Gendefekte



Verwaiste Eltern

Verwaiste Eltern Ostalb
Ingrid Bandel
07363 3523

Heidi Wagner
07365 5156

Zuversicht – Verwaiste Eltern
Heidenheim
zuversicht_hdh@gmx.de
www.zuversicht-hdh.de

Siehe auch unter Kindstod, Plötzlicher Kindstod
und Trauer



Zöliakie

Siehe unter Nahrungsmittelunverträglichkeiten

Weitere hilfreiche Kontakte und Beratungsstellen

NAKOS

Nationale Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe
www.nakos.de

Datenbank digitale Selbsthilfegruppen:
www.digitale-selbsthilfe.de/finden/datenbank-digitale-selbsthilfegruppen

.....

EUTB

Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung
www.teilhabeberatung.de

in Ostwürttemberg:
EUTB Ostalb
07361 9997480
info@eutb-ostalb.de

EUTB Heidenheim
heidenheim.eutb@pro-retina.de

.....

Pflegestützpunkte

Informationsberatung zu Pflege-
und Versorgungssituationen

Pflegestützpunkt Ostalbkreis
07361 5031820
07171 324403
07961 5673403
pflegestuetzpunkt@ostalbkreis.de
www.pflegestuetzpunkt.ostalbkreis.de

Pflegestützpunkt Landkreis Heidenheim
07321 3212424
07321 3212473
pflegestuetzpunkt@landkreis-heidenheim.de
www.landkreis-heidenheim/pflegestuetzpunkt.de

Datenschutz / Urheberrechte

Die aufgeführten Selbsthilfegruppen und Personen 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.

Alle Angaben erfolgten nach bestem Wissen, jedoch ohne Gewähr. Für Druckfehler oder Unrichtigkeiten kann keine Haftung übernommen und kein Schadenersatz gefordert werden.

Die Leser erkennen an, dass alle Rechte der Verbreitung bei dem Herausgeber dieser Broschüre liegen. Eine Übernahme in andere Datenträger (Nachdruck, Kopie, Veröffentlichung im Internet, Weitergabe mit Zusätzen, Aufdrucken oder Aufklebern u.Ä.) bedarf – auch in Auszügen – der schriftlichen Genehmigung durch die genannten Kontaktpersonen.

Auflage Sommer 2026
KIGS bei der AOK Ostwürttemberg
Wiener Straße 8
73430 Aalen

Telefon: 0711 6525-12208

kigs-ostwuerttemberg@bw.aok.de
www.kigs-ostwuerttemberg.de



Diesen Wegweiser
gibt es auch als PDF.
Scannen Sie dazu
den nebenstehenden
QR-Code.