

Via Stichting Zelfhulp Netwerk Zuidoost-Brabant kunt u direct in contact komen met ruim 100 zelfhulpgroepen met zeer uiteenlopende onderwerpen. Vindt u in onderstaande lijst niet het onderwerp wat u zoekt, neem dan contact op met het Zelfhulp Netwerk. Wij helpen u graag verder. Er zijn altijd nieuwe groepen in oprichting en anders kunnen wij u helpen met het opstarten van een nieuwe zelfhulpgroep.

<u>Zelfhulpgroepen voor</u>	<u>Aantal grp</u>	<u>Plaats</u>
<b><u>GEESTELIJKE GEZONDHEIDSGROEPEN</u></b>		
ADHD groep	1	Eindhoven
Angst groep	1	Eindhoven
Autisme verwante stoornissen	1	Eindhoven
Borderline problematiek	1	Eindhoven
Burn-out klachten, mannengroep	1	Helmond
Depressieve klachten	2	Eindhoven
Loop en/of wandelgroep voor mensen met een depressie en sociale problemen	1	Eindhoven
Bipolaire stoornis	12	Eindhoven, Helmond, Bergeijk
Dwangneurose	1	Eindhoven
Mensen met psychische kwetsbaarheid	1	Eindhoven
P.T.S.S. (posttraumatische stressstoornis)	1	Eindhoven
<b><u>groepen voor familie en/of directbetrokkenen</u></b>		
Naasten van mensen met een bipolaire stoornis	1	Eindhoven
Psychische en psychiatrische problemen	6	Eindhoven en Helmond
<b><u>LICHAMELIJKE GEZONDHEIDSGROEPEN</u></b>		
CVA, voor mensen met CVA en partners	1	Gemert
Doven en slechthorenden en hun naasten	2	Eindhoven en Helmond
Kanker, mensen met kanker en hun naasten	2	Eindhoven en Helmond
Parkinson	2	Best
Multiple Sclerose, mensen met M.S. en hun partners	2	Deurne en Helmond
NAH, Niet Aangeboren Hersenletsel (1 jongerengroep, 1 groep voor mensen met NAH en hun naasten, 1 kookgroep voor mensen met NAH)	3	Eindhoven, Helmond, Best
<b><u>groepen voor familie en/of directbetrokkenen</u></b>		
Partners van M.S. patiënten	1	Deurne
		<b>Zie andere zijde</b>

Je kunt altijd even binnenlopen bij ons op kantoor (Pastoriestraat 147 Eindhoven, iedere werkdag geopend van 09:00-16:00u), bij onze dependance in Helmond (wijkhuis de Fonkel, Prins karelstraat 123 Helmond, T: 06-34476951, dinsdag van 09:00u - 16:00u) of bij onze inloop in Best (Bestwijzer, Zonnewende 173 Best, T: 06-19519321, donderdag van 13:00u -16:00u)

## VERSLAVING HERSTELGROEPEN

Verslavingen (vooriedereen met een verslaving)	1	Helmond
Alcoholverslaving (AA)	9	Eindhoven en Helmond
Alcoholverslaving (AA), Internationaal, Pools, Engels	4	Eindhoven
Cocaineverslaving (CA)	2	Eindhoven
Drugsverslaving (NA)	9	Eindhoven en Helmond
Drugsverslaving (NA) internationaal, engelstalig en Farsi	2	Eindhoven
Drugsverslaving jongerengroep (NA jongeren)	1	Eindhoven
Drugsverslaving en psychische problemen (dubbel diagnose, gemengd)	4	Eindhoven en Helmond
Eetstoornissen	2	Eindhoven
Gokverslaving	2	Eindhoven
Gameverslaving (CGAA)	1	Eindhoven
Relatieverslavingsgroep voor vrouwen	2	Eindhoven en Helmond
Seks- en liefdeverslaving (mannen en vrouwen)	1	Eindhoven
Verslavingsgroep voor vrouwen	2	Eindhoven

### *groepen voor familie en/of directbetrokkenen*

Familie/betrokkenen van mensen met een alcohol/drugsverslaving	3	Eindhoven, Helmond en Bakel
Poolstalig voor familie/betrokkenen van mensen met een alcohol/drugsverslaving	1	Eindhoven
Volwassen kinderen van mensen met een verslaving	2	Eindhoven
Familie/betrokkenen van mensen met een eetstoornis	1	Breugel
Familie/betrokkenen van mensen met een gokverslaving	1	Eindhoven

### OVERIGE EN CULTUUREIGEN GROEPEN

Homo-, bi- en transseksuelen	2	Eindhoven
Homo- en/of biseksualiteit binnen huwelijk, relatie of gezin	1	Eindhoven
Hoogsensitief, HSP	2	Eindhoven
Persian Eindhoven (Iraanse vrouwengroep)	1	Eindhoven
Transgender volwassenengroep	1	Eindhoven
Transgender jongerengroep	1	Eindhoven
Vrouwen die seksueel misbruikt zijn	1	Eindhoven
Ouders zonder contact met hun volwassen kinderen	1	Beek en Donk
Mantelzorgers voor mensen met een psychiatrische aandoening	1	Bergeijk
Hoe verder na ouderverstoting	1	Eindhoven
Hoe verder na (v)echtscheiding	1	Eindhoven
Zelfdoding, iedereen die een naaste heeft verloren	1	Eindhoven
Rouwverwerking	1	Geldrop

### *groepen voor familie en/of directbetrokkenen*

Ouders en/of familieleden van kinderen met downsyndroom	1	Eindhoven
---	---	-----------

**DOE HET ZELF, MAAR NIET ALLEEN!**