

Turnusliste der Selbsthilfegruppen im Landkreis Oberhavel

Krankheitsbild	Name der SHG	Treffpunkt	Turnus	Uhrzeit
Chronisch				
Borreliose	Borreliose Oranienburg	Oranienburg Liebigstr.4	2. Mittwoch im Monat	13:00
Darm	ILCO Oranienburg	Oranienburg, Liebigstr.4	4. Mittwoch im Monat	13:00
Diabetes	Diabetiker Velten	Velten	letz. Mittwoch im Monat	14:00
	Diabetiker Nord Sachsenhausen	Oranienburg Schleusenapotheke	1. Mittwoch im Monat	14:00
Ernährung	Fit für mich	Oranienburg, Liebigstr.4	jeden Montag	16:00
	Fit für Moppel	Oranienburg Liebigstr. 4	jeden Freitag	16:00
	Gesunde Senioren"Die Pfundigen"	Fürstenberg Alte Feuerwehr	jeden Freitag Sport 1x monatl. Treff	09:00 10:30
Fibromyalgie	Fibromyalgie Oranienburg	Oranienburg Liebigstr.4	2. Mittwoch im Monat Freitag Tai Chi	15:00
	Fibromyalgie Hennigsdorf	Hennigsdorf Fair Play	1.Montag im Monat	16:30
	Fibromyalgie Glienicke/Nordbahn	Glienicke Bürgerhaus	1.Dienstag im Monat	14:00
	Fibromyalgie Fürstenberg	Fürstenberg Verstehbahnhof	3. Mittwoch im Monat	14:00
Krebserkrankungen	Brustkrebs Birkenwerder	Birkenwerder	4 x im Monat	09:00
	Brustkrebs Oranienburg	Oranienburg Liebigstr.4	2. Montag im Monat	10:00
	SHG Brustkrebs Kremmen	Kremmen	3. im Monat	n. Abspr.
	Krebserkrankungen Fürstenberg	Fürstenberg	1. Mittwoch im Monat	13:00
	Malgruppe nach Krebs	Oranienburg Liebigstr.4	14 tägig dienstags	10:00
	Prostatakrebs	Oranienburg Liebigstr.4	vorletzter Donnerstag im Monat	16:30
Multiple Sklerose	Multiple Sklerose Oranienburg	Oranienburg Bürgerzentrum	3. Donnerstag im Monat	10:00
	Multiple Sklerose Gransee	Gransee DRK	2. Mittwoch im Monat	n.Abspr.
	Multiple Sklerose Schildow/Glienicke	Schildow Gst."Kastanienhof"	1. Mittwoch im Monat	18:30
Neurofibromatose	Klingelknöpfe Neurofibromatose Oranienburg	Oranienburg Liebigstr.4	4. Samstag im Monat	11:00
Osteoporose	Osteoporose Kremmen	Kremmen	jeden Freitag	10:00 11:00
	Osteoporose SHG Hdf (BfO)	Hennigsdorf Tucholskystr. 5a	jeden Mittwoch 8 Sportgruppen	15:00

Parkinson	Morbus Parkinson Hennigsdorf	Hennigsdorf	1. Dienstag im Monat	14:00
	Parkinson Leegebruch	Leegebruch Haus der Möglichk.	1. Donnerstag im Monat	17:00
Rheuma	Deutsche Rheuma-Liga e. V. LV Brandenburg AG Oranienburg	Oranienburg Regine Hildebr. Haus	jeden Do. Fkt. Training	13-13:45
	Deutsche Rheuma-Liga e. V. Tanzgruppe Oranienburg	Oranienburg Regine Hildebr. Haus	jeden Montag	15:00
	Deutsche Rheuma-Liga e.V.Hdf	Hennigsdorf	Donnerstag Sprechst.	15:00
Restless Legs	Restless-Legs-Syndrom	Oranienburg Liebigstr.4	3. Mittwoch im Monat	10:00
	Rstless Legs-Gransee	Gransee Museum	2. Montag im Monat	16:00
Schmerz	Mit Schmerz leben lernen	Hennigsdorf PUR	14tägig donnerstags	14:00
Schlaganfall	Schlaganfall-Treffpunkt Domino World Center Hennigsdorf	Germendorf Eisdiele	3. Dienstag im Monat	14:30
Psyche				
Depression	Angehörige von psychisch Erkrankten Hennigsdorf	Hennigsdorf OHV Klinik	1. Montag im Monat	16:30
	Berg und Tal	Oranienburg Liebigstr.4	1. u. 3. Do. im Monat	18:00
	Gesprächsgruppe für Frauen mit seelichen Belastungen	FB Gesundheit, SPD Oranienburg	3. Donnerstag im Monat	10:00 nach Vorgespr.
	Hochsensibilität	Oranienburg Liebigstr.4	2. u. 4. Do. im Monat	16:00
	Licht und Schatten	Oranienburg Liebigstr.4	1. u. 3. Do. im Monat	09:00
	Patientenclub Hennigsdorf	Hennigsdorf	jeden Mittwoch	14:00
	Psyche Gransee	Gransee	1. Do,3. Mi.im Monat	16:00
	Psychische Erkrankungen Schönwalde Glien	Schönwalde Glien	1. Montag im Monat	10:00
	Seelenfrieden Zehdenick	Zehdenick	14tägig Dienstag	14:00
	WIR	Velten Bürgerhaus	14tägig Mittwoch	17:00
	SHG 32 Seelenstreik Velten	Velten Bürgerhaus	14tägig Mittwoch	17:00
Sucht				
Alkohol	Al -Anon (anonym) Hennigsdorf	Hennigsdorf PUR	jeden Freitag	18:30
	Alkoholiker Fürstenberg/Umgebung	Fürstenberg	2. u. 4. Mittwoch im Monat	18:00
	"Zurück ins Leben" Alkohol-u. medikamentenabhängige Frauen und ihre Angehörige	Hennigsdorf	1. Dienstag im Monat	18:00

Spiel	Anonyme Alkoholiker Hennigsdorf	Hennigsdorf PUR	jeden Freitag	18:30	
	Anonyme Alkoholiker Oranienburg	Oranienburg Liebigstr.4	jeden Dienstag	19:00	
	Angehörigengruppe Abhängigkeitserkrankung in der Familie	Niederneuendorf PUR Nachbarschaftstreff	nach Vereinbarung donnerstags	18:00	
	BA Velten (Bekennende Abhängige)	Velten/ Freikirche	jeden Mittwoch 1. Mi. Angehörigengruppe	18:00 18:00	
	Gesprächskreis für Angehörige von suchterkrankten Menschen	Hennigsdorf	14täglich Montag	19:30	
	Blaues Kreuz Hohen Neuendorf	Hohen Neuendorf Seniorenclub der VS	jeden Dienstag Angehörigengruppe	18:30 18:30	
	KAB-Velten (krank, anonym, bereit)	Velten/Bürgerhaus	jeden Samstag	11:00	
	Klub abstinent lebender Menschen	Kremmen	14täglich	19:00	
	Neue Hoffnung	Oranienburg Eden	1.u.3. Montag im Monat	18:00	
	NoAlc e. V. Oberhavel	Leegebruch	Mo, Do, So	18:00 So 10:00	
	No Alc in the life	Oranienburg Regine Hildebr. Haus	14täglich mittwochs	16:30	
	SHG Neuanfang Zehdenick	Zehdenick	14täglich donnerstags	17:00	
	SHG Plan c2-, Trockene Alkoholiker	Oranienburg	jeden Dienstag	17:00	
	"Steh auf" Hennigsdorf	Hennigsdorf	Montag Donnerstag	18:00 18:30	
	T.A.B.U.	Oranienburg Liebigstr.4	2. u. 4. Mittwoch im Monat	18:00	
	Trockene Alkoholiker Gransee	Gransee	2.u.4. Mittwoch im Monat	18:30	
	Drogen	Anonyme Spieler Lindow	Lindow	jeden Mittwoch	19:00
		Drogengesprächskreis New way No drugs	Hennigsdorf	jeden Dienstag	19:30
Behinderung					
Autismus	AndersArt	Hohen Neuendorf	1.Freitag im Monat	19:00	
Hören	Hörgeschädigte Oranienburg	Oranienburg Liebigstr.4	letzter Mittwoch im Monat	16:00	
Körperbehinderung	Mobilitätsgeschädigte Fürstenberg	Fürstenberg	jeden Montag (Sport)	14:30	
	Körper- u. geistige Behinderungen Zehdenick	Zehdenick GSt "Schröder"	dienstags	n.Abspr.	
	Mobilitäts- u. Körperbehinderte Gransee/Zehdenick	Gransee Dreifelderturnhalle	jeden Montag (Sport)	17:30	
besondere soziale Situation					
Alter	Angehörige von Menschen mit Demenz	Oranienburg Hennigsdorf Gransee	verschiedene Termine 6 Gruppen	14:00	
	Die Junggebliebene (Caritas)	Hennigsdorf Caritas Sozialst.	1-2xmonatlich	n.Abspr.	
	Gesprächs- und Strickkreis	Oranienburg Liebigstr.4	14täglich Mittwoch	10:00	

Einsamkeit	Gesprächskreis	Oranienburg Liebigstr.4	14tägig Mittwoch	13:00
Migration	Integrative Nähgruppe	Oranienburg Liebigstr.4	14tägig Donnerstag	10:00
Trauer	Kindertrauergruppe "Igelkinder"	Oranienburg Eltern-Kind-Treff	alle 3 Wochen Montag	16:00
	Trauergruppe (Hospizdienst)	Oranienburg	dienstags n.Abspr.	17:00
	Lebenscafe ´ " Lichtblick"	Oranienburg	1. Dienstag im Monat	17:00
	Verwaiste Eltern	Oranienburg Liebigstr.4	4. Montag im Monat	18:00
Transgender	Regenbogentreff	Velten	1. Mittwoch im Monat	n.Abspr.
Sport				
	Herzsportgruppe Oranienburg	Oranienburg OHV Klinik	jeden Dienstag	16:30
	Senioren Sportgruppe Sachsenhausen	Oranienburg GS Sachsenhausen	jeden Donnerstag	16:00
	Reha- Sportgruppen des MSV e.V.	Oranienburg Liebigstr.4	jeden Dienstag jeden Freitag	17:30 09:00 10:00
	Herzkreislauf Erkrankungen Fürstenberg	Fürstenberg Dreifachturnhalle	Mittwoch	n.Abspr.

Märkischer Sozialverein e.V.

e-mail: sekis@msvev.de

SEKIS
 Selbsthilfe - Kontakt -und Informationsstelle
 Liebigstraße 4
 16515 Oranienburg

Sprechzeiten:
 Montag und Donnerstag 9-12 Uhr
 Dienstag 14-17 Uhr

Tel: 03301/6896945