

Selbsthilfegruppen «Schleudertrauma»

Was kann mir eine Selbsthilfegruppe bringen?

- Erleichterung!
- Für einmal keine Begegnung mit Fachleuten
- Ein Ort, an welchem Sie sich nicht mehr rechtfertigen, an welchem Sie nicht mehr kämpfen müssen
- Die Möglichkeit, seine Erfahrungen mit Betroffenen auszutauschen
- Eine Quelle der Stärkung und des Verständnisses
- Breites Erfahrungs- und Fachwissen von Betroffenen für Betroffene

Für folgende Anliegen ist eine Selbsthilfegruppe *nicht* zuständig

- Auskünfte über juristische, versicherungstechnische, medizinische und therapeutische Fragen
- telefonische und persönliche Beratungen
- Anmeldungen für eine Mitgliedschaft beim Schleudertraumaverband. Dafür wenden Sie sich bitte direkt an die Geschäftsstelle des Verbands, Tel. 044 388 57 00 (Mo, Di, Do u. Fr von 9-12 Uhr)

Nutzen Sie Ihre Chance und nehmen Sie mit einer Gruppe Kontakt auf!

Möchten auch Sie dort beginnen, wo die professionelle Betreuung endet? Dann nutzen Sie Ihre Chance und nehmen Sie mit einer Gruppe Ihrer Wohnregion Kontakt auf! Bei einem ersten Treffen erfahren Sie sicher einiges über die Zusammensetzung der Gruppe, deren Themen und Ziele und können danach in aller Ruhe entscheiden, ob eine solche Gruppe auch für Sie das Richtige ist. Nachfolgend die Kontaktadressen der Delegierten aller uns bekannten Schleudertrauma-Gruppen.

Kontaktadressen Selbsthilfegruppen

(*) Gruppen mit (*) sind allgemeine Kontaktstellen für Selbsthilfegruppen

<p>Region Chur</p> <p>Margrith Stalder Bergstrasse 1 7012 Felsberg Tel. 081 252 84 46 Fax 081 250 72 88 Mobile 079 751 40 64 margrith.stalder@bluewin.ch</p>	<p>Region Davos und Umgebung</p> <p>Pia Branger Bobbahnstrasse 13 7270 Davos-Platz Tel. 081 413 21 09 pia.branger@gmx.net</p>
<p>Region St. Gallen (*)</p> <p>Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen Lämmlibrunnenstrasse 55 9000 St. Gallen Tel. 071 222 22 63 Fax 071 222 63 27 selbsthilfe@fzsg.ch www.selbsthilfe-gruppen.ch</p>	<p>Region Thurgau (*)</p> <p>Team Selbsthilfe Thurgau Freiestrasse 4 Postfach 429 8570 Weinfelden Tel. 071 620 10 00 Di/Mi 14-17 und Do 10-13 info@selbsthilfe-tg.ch www.selbsthilfe-tg.ch</p>
<p>Region Winterthur u. Umgebung (*)</p> <p>Selbsthilfezentrum Region Winterthur Holderplatz 4 8400 Winterthur Tel. 052 213 80 60 Fax 052 213 80 61 info@selbst-hilfe.ch www.selbst-hilfe.ch</p>	<p>Region Schaffhausen</p> <p>Selbsthilfegruppe für Schleudertraumapatienten Region Schaffhausen Kontakt über: Natel 078 654 69 59 schleudertrauma.schaffhausen@sunrise.ch</p>

Stadt Zürich und Umgebung

Gruppe 1

Schleudertrauma Selbsthilfegruppe
schleudertraumaselbsthilfegruppe_Zuerich1@gmx.ch

Gruppe 2

Edna Korek
Lägernstrasse 4
8162 Steinmaur
Tel. 044 341 56 25
Nat. 079 474 32 62
edna.korek@bluewin.ch

Stadt Zürich und Umgebung (*)	Region Zürcher Oberland (*)
--------------------------------------	------------------------------------

Selbsthilfezentrum Offene Türe Zürich
(Gruppen in Planung)
Tel. 043 288 88 88
info@offenetuer-zh.ch
www.offenetuer-zh.ch

Selbsthilfezentrum Zürcher Oberland
Herrn Purnelis
Im Werk 1
86 10 Uster
Tel. 044 941 71 00
Fax 044 941 71 40
info@selbsthilfezentrum-zo.ch
www.selbsthilfezentrum-zo.ch

Region Thun	Region Thun
--------------------	--------------------

Selbsthilfegruppe Schleudertrauma Thun
schleudertrauma-thun@gmx.ch

Ansprechpersonen

Alice Gottier Tel. 033 336 17 30	Theresia Herrmann th.herrmann@hispeed.ch
-------------------------------------	---

Selbsthilfe-Wandergruppe ANDIAMO
Claudia Thommen
Postfach 16
3646 Einigen
Tel. 033 223 69 29

Region Bern und Kanton (*)	Region Lausanne
-----------------------------------	------------------------

Selbsthilfe-Zentrum Kanton Bern
3600 Thun
Tel. 033 221 75 76
sh@selbsthilfe-kanton-bern.ch
www.selbsthilfe-kanton-bern.ch

Groupe d'entraide Coup du Lapin Lausanne
Sylvie Curchod
Ch. de la Villaire 40
1040 Echallens
Tél. 021 881 59 40
Mobile 079 560 59 60
Mail c.sylvie@bluewin.ch

Region Luzern / Zentralschweiz

Schleudertrauma Selbsthilfegruppe Luzern und
Zentralschweiz

Leitung

Frau D. Sollberger Tel. 041 250 20 90
Frau B. Bürgi Tel. 041 450 15 13
hws_luzern@sunrise.ch

Region Innerschweiz

Selbsthilfegruppe Schleudertrauma
(HWS-Distorsion) Innerschweiz

Leitung

Karl Müller Alan Kelso
Tel. 041 741 37 41 Tel. 041 761 79 65
kamuest@datazug.ch alan.kelso@vtxmail.ch

Region Baselland

Angelo Di Martino
Rebgasse 5
4402 Frenkendorf
Tel. 061 901 43 11
Fax 061 903 84 41
Mobile 076 392 42 84
Mail angelodimartino@bluewin.ch

Region Basel Stadt

Marlise Iten
Beim Lindenbaum 7
4123 Allschwil
Tel. 061 481 06 73
Mail iten.marlise@bluewin.ch

Region Aarau

Diese Gruppe befindet sich im Aufbau.
Neue Mitglieder sind sehr willkommen!
InteressentInnen bitte melden bei:
Gabriela Sharma-Feer
Fislisbacherstrasse 7
5406 Rütihof
Tel. 056 470 02 46
Mobile 079 273 92 19
Mail sharma@bluewin.ch

Region Wattwil / Rapperswil

Diese Gruppe befindet sich im Aufbau.
Neue Mitglieder sind sehr willkommen!
InteressentInnen bitte melden bei:
Mail sonja33@gmx.ch