

gesünder leben
mitten in der stadt



Selbsthilfegruppen,
Selbsthilfevereine
und
selbsthilfeorientierte
Einrichtungen

in St. Pölten
2011

ALKOHOL

Anonyme Alkoholiker

Treffpunkt:

Jeden Montag 18.30 – 20.00 Uhr im Club aktiv
3100 St. Pölten, Grillparzerstraße 10

offenes Meeting jeden ersten Montag im Monat

Jeden Dienstag und jeden Mittwoch um 18.30 Uhr
im Bildungshaus St. Hippolyt
3100 St. Pölten, Eybnerstraße 5

Kontakt:

Tel.: 01/7995599 täglich 18.00 – 21.00 Uhr

AL-ANON Gruppe Familiengruppe

Treffpunkt:

Jeden Mittwoch um 18.30 Uhr im Bildungshaus St. Hippolyt
3100 St. Pölten, Eybnerstraße 5

Kontakt:

Zentrale Kontaktstelle
1030 Wien, Barthgasse 5
Tel.: 01/7969855
Montag bis Freitag 18.30 – 20.30 Uhr

Selbsthilfegruppe für Alkoholranke und deren Angehörige Blaues Kreuz für St. Pölten und Umgebung

Treffpunkt:

Jeden Dienstag in ungeraden Wochen, um 19.30 Uhr
3100 St. Pölten, Landhausplatz 1 A

Kontakt:

Kurt Manhardt
Tel.: 0650/2342314
E-Mail: kurt.mh@aon.at
Homepage: www.blaueskreuz.at

Gruppe für Alkoholikerkrankte

(Moderierte Gruppe im PsychoSozialen Dienst)
Beratungszentrum St. Pölten
3100 St. Pölten, Brunnengasse 23

Kontakt:

derzeit nur über Regionalsekretariat
Tel.: 02742/71000

Selbsthilfegruppe für pflegende Angehörige von Patienten mit Alzheimer- und Demenzerkrankungen

Treffpunkt:

Jeweils am letzten Montag im Monat, 16.00 – 18.30 Uhr,
im Landespflegeheim St. Pölten – Haus an der Traisen 3100
St. Pölten, Hermann Gmeiner-Gasse 4, UG, Seminarraum
E48

Kontakt:

Traude Izaak
Tel.: 0664/5934584

Angstbewältigung vor Operationen

c/o Österr. Pensionistenverband
3100 St. Pölten, Rennbahnstraße 28

Kontakt:

Mag. Margit Binder
Tel.: 02742/257185 oder 02742/251811

Anonyme Spieler – SHG für Spielsüchtige

Treffpunkt:

Jeden Dienstag 19.00 – 20.00 Uhr
3100 St. Pölten, NÖ Gebietskrankenkasse,
Gewerkschaftsplatz
(Die Teilnahme an den Gruppentreffen ist gratis)

Kontakt:

Hakan, Tel.: 0650/8810666

BEHINDERUNG

Club 81 – St. Pölten – Club für Behinderte und Nichtbehinderte Wirkungsbereich NÖ

Treffpunkt:

Jeden Donnerstag um 18.30 Uhr und jeden 1. Samstag im
Monat ab 15.00 Uhr (außer Juli und August) im Bildungshaus
St. Hippolyt
3100 St. Pölten, Eybnerstraße 5

Kontakt:

Josef Schoisengeyer
Tel.: 0650/2070257
E-Mail: vorstand@club81.at
Homepage: www.club81.at

ÖZIV

Österreichischer Zivil – Invaliden - Verband **Bezirksgruppe St. Pölten**

Treffpunkt:

Jeweils letzter Donnerstag im Monat ab 16.30 Uhr im
Wohnheim für Menschen mit Behinderung
3100 St. Pölten, Maria Sturm-Straße 4

Kontakt:

Dietmar Fenz
Tel.: 02742/867-4420 oder 0664/808674420
E-Mail: dietmar.fenz@gw-stpoelten.com

ICA

Selbsthilfegruppe Interstitielle Cystitis

Treffpunkt:

Jeden 3. Dienstag in den ungeraden Monaten (außer Juli) um
18.00 Uhr im Landesklinikum St. Pölten, Vortragsraum, 9.
Obergeschoß

Kontakt:

Barbara Will, Tel.: 02713/2919 oder 0664/2603474
E-Mail: familie.will@aon.at
Susanne Melchus, Tel.: 0676/9362765
Homepage: www.ica-austria.at

Hilfsgemeinschaft der Blinden und **Sehgeschwachen Österreichs**

Treffpunkt:

Jeden 1. Montag im Monat (außer Juli und August) um 14.00
Uhr im Hotel-Gasthof Graf
3100 St. Pölten, Bahnhofplatz 7

Kontakt:

Gerhard Bruckner
Tel.: 01/3303545-89

DIABETES

Österreichische Diabetiker Vereinigung **Niederösterreich - ÖDV**

Treffpunkt:

Jeden 2. Mittwoch im Monat, um 18.00 Uhr (außer Juli,
August, September) im Landesklinikum St. Pölten,
9. Obergeschoß

Kontakt:

Josef Rittner
3100 St. Pölten, Lorengasse 18
Tel.: 02742/369377
E-Mail: oedv.noe@aon.at

Aktive Diabetiker Austria **Gruppe St. Pölten**

Treffpunkt:

Jeden 1. Montag im Monat, um 18.00 Uhr (außer Juli und
August) im Gasthaus Böck-Wildgruber
3100 St. Pölten, Teufelhofer Straße 26

Kontakt:

Eva-Maria Kemetner
3151 St. Georgen, Resselstraße 22
Tel.: 0699/10527665
E-Mail: Eva.Kemetner@gmail.com

Pumpengruppe-Insulin

Treffen auf Anfrage

Kontakt:

Gabriele Filzwieser
Tel.: 02742/885959 oder 0650/6669046
E-Mail: filzw.gabriele@aon.at

DARM UND BLASE

Selbsthilfegruppe für chronische **Darmerkrankungen**

(Morbus Crohn und Colitis ulcerosa)

Treffpunkt:

Jeden 1. Dienstag im Monat (wenn Feiertag 1 Woche später)
um 18.00 Uhr im „Cafe zum Mohren“, Fam. Korntheuer
3100 St. Pölten, Wiener Straße 50

Kontakt:

Doris Töller
Tel.: 0676/6059161
E-Mail: doristoeller@aon.at

Selbsthilfegruppe für Stomaträger

(künstliche Stuhl- und Harnableitung)

Treffpunkt:

Jeden 2. Dienstag im Monat von 14.00 – 16.00 Uhr
(außer Jänner, Juli, August) im Landesklinikum St. Pölten, 1.
Obergeschoß

Kontakt:

Manfred Haider
Tel.: 02742/361873
E-Mail: haider_manfred@tele2.at

**Selbsthilfegruppe für Angehörige
Drogenabhängiger**

(moderierte Selbsthilfegruppe)

Treffpunkt:

Jeden 1. und 3. Freitag im Monat 18.30 – 20.30 Uhr in der
Fachstelle für Suchtvorbeugung
3100 St. Pölten, Brunnngasse 8, 3. Stock (1. Freitag ohne
Moderation, 3. Freitag mit Moderation von Experten)

Kontakt:

Gerlinde Rolke-Rosenberg und
Mariana Feldbacher
Tel.: 0650/3907730
Homepage: www.angehoerigen-hilfe.at

Selbsthilfe Epilepsie Niederösterreich

Kontakt:

Für Erwachsene und deren Angehörige
Eva Moser
3203 Rabenstein, Ramsteinstraße 35
Tel.: 02723/2498
E-Mail: eva.moser@utanet.at

Für Kinder und deren Angehörige

Claudia Böck
3130 Herzogenburg, Aufeldgasse 36
Tel.: 0664/4777987

ESSSTÖRUNGEN

OA – Overeaters Anonymous St. Pölten

Treffpunkt:

Jeden Sonntag 19.00 – 20.00 Uhr im Frauenzentrum
3100 St. Pölten, Linzer Straße 16

Kontakt:

Tel: 02742/22189 oder 0699/10710836
E-Mail: stpoelten@overeatersanonymous.at

Frauen für Frauen

(keine Therapiegruppe, offene Gesprächsrunde –
Erfahrungsaustausch der verschiedenen
Frauenlebensabschnitte)

Treffpunkt:

Auf Anfrage

Kontakt:

Verena Berger
Tel: 0650/5114775

GEHÖR

St. Pöltner Gehörlosenverein

Treffpunkt:

Jeden 2. Samstag im Monat ab 14.00 Uhr (außer Juli und
August)
3100 St. Pölten, Kaltenbrunnergasse 7
Sonstige Veranstaltungen siehe ORF-Teletext 773

Kontakt:

Ing. Manuela Lunzer
Tel. und Fax: 02742/75557
Homepage: www.gehoerlos-noe.at

Landesverband NÖ der Gehörlosenvereine

3100 St. Pölten, Matthias Corvinus-Straße 54
Bürozeiten: Montag bis Freitag 8.00-12.00 Uhr

Beratung:

Jeden Mittwoch 14.00-18.00 Uhr

Kontakt:

Tel.: 02742/21990
Fax: 02742/21990-20
E-Mail: office@gehoerlos-noe.at
Homepage: www.gehoerlos-noe.at

**Selbsthilfegruppe für Menschen mit
Ohrgeräuschen (Tinnitus)**

Treffpunkt:

Auf Anfrage

Kontakt:

Juliana Mayrhofer
Tel.: 0676/3612412
E-Mail: gulietta@gmx.net

CI-Selbsthilfegruppe

Hochgradig hörbehinderte und ertaubte Patienten
helfen Patienten

Treffpunkt:

Auf Anfrage

Kontakt:

Gertrude Moser
Tel. und Fax: 02743/8801
E-Mail: gertrude.moser@aon.at

Eltern-Kindrunden für CI und Hörgeschädigte

Treffpunkt:

Auf Anfrage

Kontakt:

Maria-Theresia Pusker
Tel.: 0664/8244358
E-Mail: resi.pusker@aon.at

HERZ UND LUNGE

Österreichischer Herzverband Landesverband Niederösterreich Bezirksstelle St. Pölten

Treffpunkt:

Jeden 2. Donnerstag im Monat ab 18.30 Uhr im Hotelgasthof Seeland
3100 St. Pölten-Waitzendorf, Goldegger-Straße 11

Coronarturnen:

Jeden Donnerstag um 17.00 Uhr im Turnsaal der Landesberufsschule
3100 St. Pölten, Hartauergasse 5

Wanderungen:

Jeden 3. Mittwoch im Monat

Jeden Montag Nordic walking bzw. Radfahren

Jeden Freitag 17.30 Uhr Nordic walking
(vorwiegend für Berufstätige)

Kontakt:

Erwin Knecht
3130 Herzogenburg, Feldgasse 71
Tel.: 02782/81230

Österr. Verband der Herz- und Lungentransplantierten, Landesgruppe NÖ

Treffpunkt:

Jeden 1. Mittwoch im Monat um 17.00 Uhr im Gasthaus Winkler
3100 St. Pölten, Mühlweg 64
um telefonische Anmeldung wird gebeten

Kontakt:

Maria Balogh
3390 Melk, Postfach 11
Tel.: 0664/6375948
E-Mail: maria.balogh@hlutx.at
Homepage: <http://noe.hlutx.at>

LOT Austria - Österreichische SHG für Langzeit-Sauerstoff-Therapie

Treffen: nach Bedarf

Kontakt:

Landesleitung LOT NÖ und Gruppenleitung LOT NÖ - Süd
(Bezirke: Mödling, Baden, Wr. Neustadt, Neunkirchen)
Wilhelm Lippert
Tel.: 0664/85 95 499
E-Mail: lippert@selbsthilfe-lot.at
Homepage: www.selbsthilfe-lot.at

Gruppenleitung LOT NÖ - St. Pölten und Umgebung
Silvia Scholz
Tel.: 0676/717 48 68
E-Mail: silvia.scholz@tele2.at

KINDER

KiB children care Verein

(Begleitung von Kindern im Krankenhaus und Betreuung zu Hause)

Kontakt:

Manuela Schalek
Tel.: 0664/6203021
Homepage: www.kib.or.at

Rainbows NÖ West Landesstelle

(Unterstützung von Kindern bei Scheidung, Trennung der Eltern und bei Verlust eines Elternteiles durch Tod)

Kontakt:

Angela Wippel
3100 St. Pölten, Schreinerergasse 1/Stiege 2
Tel.: 02742/26619
E-Mail: rainbows.ka.stpoelten@kirche.at
Homepage: www.rainbows.at

KREBS

Frauenselbsthilfe nach Krebs Verein St. Pölten und Umgebung

(nach Brustkrebserkrankungen)

Treffpunkt:

Jeden 1. Mittwoch im Monat um 17.30 Uhr (außer Juli und August) – wenn Feiertag, 2. Mittwoch im Landesklinikum St. Pölten, 9. Obergeschoß

Kontakt:

Elfriede Schnabl, Tel. Fax: 02783/6146
3100 St. Pölten, Kupferbrunnstraße 25
Frau Spendlhofer, Tel.: 02742/884734 (nachmittags)

Frauen mit der Diagnose Krebs

„Wie geht es weiter - Gedanken- und Erfahrungsaustausch von Betroffenen“
(begleitete Gruppe)

Treffpunkt:

Jeden 1. Freitag im Monat von 9.00 – 11.00 Uhr im Beratungszentrum Rat und Hilfe
3100 St. Pölten, Schulgasse 10

Kontakt:

Tel.: 02742/353510

**Selbsthilfe Prostatakrebs
(Landesverein NÖ)**

Kontakt:

Kurt Hiess
1020 Wien, Obere Augartenstraße 26-28
Tel.: 0680/2399293, 01/3331010
Bürozeiten: Di 17.00-19.00 Uhr, Do 10.00-12.00 Uhr
E-Mail: cfreshhk@chello.at
Homepage: www.prostatakrebs.at

Österreichische Krebshilfe NÖ

Beratungsstelle St. Pölten
c/o NÖ GKK
3100 St. Pölten, Kremser Landstraße 3

Kontakt:

Rosa Maria Lumesberger
Tel.: 02742/77404 oder 0664/5147515
Fax: 02742/74075
E-Mail: stpoelten@krebshilfe-noe.or.at

Morbus Bechterew-Gruppe

Treffpunkt:

Jeden 1. Donnerstag im Monat nach der Gymnastik
(ca. 19.15 Uhr) im Gasthaus Gegenbauer
3100 St. Pölten, Kremser Landstraße 37

Gymnastik:

Jeden Donnerstag 18.00 bis 19.00 Uhr im Turnsaal der
Kinderabteilung des Landeskrankenhauses St. Pölten

Kontakt:

Robert Waldvogel
3100 St. Pölten, Schiffmannstraße 67
Tel.: 02742/251329

MULTIPLE SKLEROSE

MS – Club St. Pölten

(Multiple Sklerose Gruppe)

Treffpunkt:

Jeden 3. Freitag im Monat ab 17.00 Uhr im Kulturhaus
Wagram
3100 St. Pölten-Wagram, Oriongasse 4

Kontakt:

Frau Fleissner-Feichter
Tel.: 02742/360063

MS Gesellschaft Niederösterreich

c/o Landeskrankenhaus St. Pölten
3100 St. Pölten, Propst Führer-Straße 4

Beratung:

Dienstag, Mittwoch 9.00 – 13.00 Uhr
2 x Jährlich (Frühling und Herbst) Info-Veranstaltung

Kontakt:

Monika Reitbauer, DSA
Tel.: 02742/300 DW 15610 oder 15606
Fax: 02742/300-15619
E-Mail: msges.noe@stpoelten.lknoe.at
Homepage: <http://noemsg.kh-st-poelten.at>

**Gruppe für Frauen, die in der Kindheit sexuell
missbraucht wurden**

(begleitete Gruppe)

Treffpunkt:

Jeden 1. Montag im Monat von 9.00 – 11.00 Uhr im
Beratungszentrum Rat und Hilfe
3100 St. Pölten, Matthias Corvinus-Straße 60

Kontakt:

Tel.: 02742/353510

**Parkinson-Selbsthilfegruppe für
Niederösterreich
Arbeitsgruppe St. Pölten**

Treffpunkt:

Jeden Donnerstag um 17.00 Uhr für Gruppe 1
um 17.30 Uhr für Gruppe 2
um 18.20 Uhr für Gruppe 3
(mit Ausnahme der schulfreien Tage, Feiertage und Ferien)

Heilgymnastik

Landeskrankenhaus St. Pölten, Neurologie (5. Stock)

Kontakt:

Kurt Schneider
3100 St. Pölten-Wagram, Rudolf Wondracek-Straße 16
Tel.: 02742/244422

Karl Soukup

3040 Neulengbach, Bachgasse 19
Tel.: 02772/55991

PSYCHE

HPE - Hilfe für psychisch Erkrankte

Treffpunkt:

Jeden 1. Freitag im Monat von 14.00 – 17.00 Uhr im PSD
3100 St. Pölten, Brunnngase 23

Kontakt:

Helma Fuchs, Tel.: 0676/838448882
Karoline Pölzl, Tel.: 0676/838448881

Angehörige psychisch erkrankter Menschen beraten, informieren, unterstützen Angehörige

Beratung:

Jeden Montag 9.00 – 11.00 Uhr im PSD
3100 St. Pölten, Brunnngase 23
Tel.: 02742/71000

Kontakt:

Helma Fuchs, Tel.: 0676/838448882
Karoline Pölzl, Tel.: 0676/838448881

CoDA – anonyme Co-Abhängige St. Pölten

(Überwindung von ungesunden Verhaltensweisen uns
selbst und anderen gegenüber)

Treffpunkt:

Jeden Mittwoch 18.15 – 19.30 Uhr im Seelsorgezentrum
3100 St. Pölten, Schneckgasse 22

Kontakt:

Tel.: 0680/2008134

„Ich und Du“ St. Pölten

Treffpunkt:

Jeden 1. und 3. Freitag im Monat um 15.00 Uhr im
Club aktiv
3100 St. Pölten, Grillparzerstraße 10

Kontakt:

Franz Hesina
Tel.: 02742/902537518

Moderierte Gruppen im PsychoSozialen Dienst

Beratungszentrum St. Pölten
3100 St. Pölten, Brunnngase 23

Auskunft:

Montag bis Freitag, 9.00 – 12.00 Uhr
Tel.: 02742/71000

Gruppe für Alkoholikerkrankte

Kontakt:

derzeit nur über Regionalsekretariat
Tel.: 02742/71000

Borderlinegruppe

Kontakt:

Mag. (FH) Florian Waach, Tel.: 0676/83844563
Sonja Winter, DSA, Tel.: 0676/83844560

Angehörigengruppe

Kontakt:

Ingrid Wittchen, DSA, Tel.: 0676/83844513

Triolog

Kontakt:

Univ.-Doz. Dr. Stefan Frühwald, Tel.: 02742/71000
Angelika Karner, DSA, Tel.: 0676/83844515

Psychosegruppe

Kontakt:

Dr. Bettina Fink, Tel.: 0676/83844590

SHG für Rheuma

(Erfahrungsaustausch von Gleichbetroffenen zum
Krankheitsbild Rheuma)

Treffpunkt:

Jeden 1. Freitag im Monat von 17.00 – 19.00 Uhr (außer Juli
und August) im Landeskrankenhaus St. Pölten,
2. Medizinische Abteilung, Haus M, Eingang Mühlweg
(Die Teilnahme an den Gruppentreffen ist gratis)

Kontakt:

Gerda Pieringer
Tel. 02742-337853 (11.00 – 13.00 Uhr)

Selbsthilfegruppe Skoliose

(Gebiet St. Pölten)

(für Betroffene, Angehörige und Interessierte)

Treffpunkt:

Jeden letzten Donnerstag der ungeraden Monate (außer Juli)
um 19.00 Uhr im Hotel-Gasthof Graf
3100 St. Pölten, Bahnhofplatz 7

Kontakt:

Ingrid Blauensteiner
Tel.: 0650/9661012
E-Mail: shg.skoliose.noe@gmail.com

RLS - RESTLESS LEGS

(„Die unruhigen Beine“)

Vortragstermine werden jeweils in den Tageszeitungen bekanntgegeben

Kontakt:

Waltraud Moldaschl
Tel.: 0664/2633100
E-Mail: w.moldaschl@gmx.at
Homepage: www.restless-legs.at

SHG für Schädel - Hirn – Trauma

(Für Patienten und Angehörige)

Treffpunkt:

Jeden 2. Samstag der ungeraden Monate um 11.30 Uhr
im Cafe-Restaurant Paradox, Kulturhaus Wagram
3108 St. Pölten-Wagram, Oriongasse 4

Kontakt:

Josef Franz Datzinger
3108 St. Pölten-Wagram, Plöcknerstraße 17 und 1080 Wien,
Tigergasse 1176
Tel.: 0676/5442988
E-Mail: shg-sht-p@kfs.at und tschodi@gmx.at

Windrad NÖ

Selbsthilfegruppe von Betroffenen für Betroffene nach
Verlust ihres Babys (vor, während und nach der Geburt)

Treffpunkt:

Jeden 1. Montag im Monat um 19.30 Uhr im Jugendraum der
Pfarre St. Johannes Kapistran
3100 St. Pölten, Josefstraße 90
E-Mail: koenigsfamilie@kabsi.at und c.selig@gmx.at
Homepage: <http://selbsthilfegruppewindrad.npage.de/>

Kontakt:

Claudia Selig und Petra König
Tel.: 0664/5426111 und 0676/7480100

Leben mit dem Tod eines Kindes

Selbsthilfegruppe NÖ Mitte

(begleitete Gruppe)

Treffpunkt:

Beratungszentrum Rat und Hilfe
3100 St. Pölten, Schulgasse 10

Termine telefonisch zu erfragen

Kontakt:

Caritas Rat und Hilfe
Tel.: 02742/353510

TRAUER

Gruppe für Trauernde

(begleitete Gruppe)

Treffpunkt:

Bildungshaus St. Hippolyt
3100 St. Pölten, Eybnerstraße 5

Termine: auf Anfrage

Kontakt:

Mobiler Hospizdienst
3100 St. Pölten, Dr. Karl Renner-Promenade 12
Tel.: 02742/841-82
Elisabeth Haas, Tel.: 0676/83844644
Christine Schubert, Tel.: 0650/7608452

Selbsthilfeunterstützende Einrichtungen

im Bereich der Landeshauptstadt St. Pölten

**Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen
Sozialmedizinischer Beratungsdienst des Gesundheitsamtes
3100 St. Pölten, Linzer Straße 10 – 12
Tel. : 02742/333-2518, 2514, Fax: 02742/354377
E-Mail: sh@st-poelten.gv.at, Homepage: www.st-poelten.gv.at**

Niederösterreich

**Dachverband der NÖ Selbsthilfegruppen
3109 St. Pölten, Tor zum Landhaus,
Wiener Straße 54/Stiege A/ 2. Stock
Tel.: 02742/22644, Fax: 02742/22686
E-Mail: info@selbsthilfenoe.at, Homepage: www.selbsthilfenoe.at**

Österreich

**Selbsthilfeunterstützungsprojekt SIGIS (Service und Information für
Gesundheitsinitiativen und Selbsthilfeorganisationen)
im Fonds Gesundes Österreich
1020 Wien, Aspernbrückengasse 2
Tel.: 01/8950400, Fax: 01/8950400-20
E-Mail: fgoe@goeg.at, Homepage: www.fgoe.org**