



Gruppi di auto aiuto

Elenco Alto Adige 2019




Servizio per Gruppi di auto aiuto della Federazione per il Sociale e la Sanità
0471 312424 | info@autoaiuto.bz.it | www.autoaiuto.bz.it | www.join-life.it



Edizione e ideazione:

Servizio per Gruppi di auto aiuto
Federazione per il Sociale e la Sanità (FSS)
39100 Bolzano, via Dr. Streiter, 4
tel. 0471 312424, tel. 0471 1888110 - fax 0471 324682
info@autoaiuto.bz.it - www.autoaiuto.bz.it

Auto aiuto per giovani adulti: www.join-life.it  www.facebook.com/joinlife.it
Portale per le malattie rare Alto Adige: www.rare-bz.net

A cura di:

Servizio per Gruppi di auto aiuto
Ass. Soc. Irene Gibitz, Dott.ssa Julia Kaufmann

Riproduzione:

Qualsiasi forma di riproduzione è libera, salvo citazione della fonte e dell'autore

Conto corrente di solidarietà:

Un vostro contributo può aiutarci a lavorare per l'auto aiuto:
IT 95 Z 08081 11600 000300048470
L'offerta è fiscalmente detraibile.

Realizzazione:

La realizzazione e l'aggiornamento dell'opuscolo "Gruppi di auto aiuto" sono rese possibili grazie al sostegno finanziario e morale dell'Assessorato alle Politiche Sociali della Provincia Autonoma di Bolzano e della Fondazione Cassa di Risparmio dell'Alto Adige

AUTONOME PROVINZ
BOZEN - SÜDTIROL
Abteilung Sozialwesen



PROVINCIA AUTONOMA
DI BOLZANO - ALTO ADIGE
Ripartizione Politiche sociali

gefördert von
Stiftung Südtiroler Sparkasse
Fondazione Cassa di Risparmio
sostenuto da

Aggiornamento:

04.11.2019

Le informazioni aggiornate sui gruppi di auto aiuto si ottengono presso il Servizio per gruppi di auto aiuto o sul sito web: www.autoaiuto.bz.it

Gruppi di auto aiuto: cosa significa?

Definizione: cosa sono i gruppi di auto aiuto

'I gruppi di auto aiuto sono tentativi di trarre dalla propria esperienza un sostegno nel percorrere nuove vie e nell'affrontare i propri problemi assieme ad altre persone.' (Klaus Balke)
Nei gruppi di auto aiuto si incontrano persone che, colpite da problemi di salute o sociali o psichici, scelgono di non affrontarli più da sole, ma attraverso l'aiuto reciproco tra persone che vivono esperienze simili. Avviene allora uno scambio di esperienze di vita e sono le persone ad ascoltarsi e ad aiutarsi a vicenda. Chi partecipa a un gruppo di auto aiuto esce dall'isolamento e sente rafforzarsi sia la propria autonomia, che la personale responsabilità.

Tramite lo scambio regolare di esperienze e di informazioni i/le partecipanti diventano 'esperti' e così possono trovare una nuova via di contatto con la loro malattia o con il loro problema e possono contare su un efficace aiuto mirato e competente.

L'auto aiuto non è comunque un sistema che sostituisce il trattamento medico e/o psicoterapeutico.

Contenuti e caratteristiche dei gruppi di auto aiuto

Esistono gruppi di auto aiuto rivolti ai più diversi ambiti tematici. Tutti i gruppi di auto aiuto hanno una base comune: 'affrontano ciò che conoscono'.

Elementi comuni a tutti i tipi di gruppi di auto aiuto sono:

Scambio di esperienze e di informazioni: sostegno ed ascolto reciproco

- Coinvolgimento diretto: l'accesso al gruppo di auto aiuto è il proprio vissuto.
- parità - nel gruppo tutti si trovano allo stesso livello
- coinvolgimento individuale - ognuno è coinvolto in modo attivo e personale
- Riservatezza: tutto quanto viene detto nel gruppo non può essere riportato all'esterno

Modalità operative dei gruppi di auto aiuto

Di regola ai gruppi di auto aiuto partecipano persone direttamente coinvolte e/o loro parenti e non c'è una gestione professionale del gruppo. Ogni partecipante, infatti, può prendersi carico di attività operative e gestionali.

Esistono gruppi di auto aiuto che, per un determinato periodo, sono accompagnati da esperti (medico, educatore, infermiera, psicologo, assistente sociale, ecc.), ad esempio nella fase di avvio o in situazioni di crisi.

Oltre a questi ci sono Gruppi con caratteristiche dell'auto aiuto che sono accompagnati per un periodo medio-lungo da esperti, pur sempre orientandosi ai principi dell'auto aiuto (es. coinvolgimento attivo dei partecipanti).

Limiti dell'Auto Aiuto

I Gruppi di auto aiuto non possono sostituire trattamenti medici o psicoterapici. Non si tratta di curare malattie, ma di migliorare una situazione di vita che, per un evento avverso (malattia o situazione di vita) ha subito dei cambiamenti e aumentarne la qualità.

Composizione dei gruppi di auto aiuto

I singoli gruppi possono essere completamente autonomi o aderire, sotto varie forme, ad associazioni, strutture e istituzioni. Perciò si dividono in:

- gruppi autonomi,
- gruppi affiliati ad associazioni o federazioni,
- gruppi nati su iniziativa di strutture pubbliche.

Accompagnamento nella fase di avvio per gruppi di auto aiuto

Chi ha pensato una volta a fondare un gruppo di auto aiuto ma non si è fidato a farlo da solo, ora può contare su un valido aiuto. Accompagnatori e accompagnatrici appositamente formati sono ora disponibili per affiancare gruppi di auto aiuto nei loro primi passi, fino a quando il gruppo è in grado di proseguire autonomamente. Con questa nuova offerta il Servizio per Gruppi di auto aiuto della Federazione per il Sociale e la Sanità potenzia efficacemente l'auto aiuto in Alto Adige.

- Accompagnatori e accompagnatrici per Gruppi di auto aiuto sono collaboratori/trici volontari del Servizio per Gruppi di auto aiuto della Federazione per il Sociale e la Sanità
- Accompagnano i gruppi di auto aiuto per un periodo dai 2 agli 8 incontri, nelle fasi iniziali o in precise fasi di vita del gruppo, aiutando i partecipanti ad avviare il dialogo tra loro e a rafforzare lo spirito di gruppo
- Tuttavia non intervengono negli aspetti di contenuto che riguardano ciascun gruppo, invece intervengono sui processi del gruppo senza intromettersi.
- L'obiettivo principale è di rendere il gruppo capace di proseguire autonomamente. Garantendo anche la massima riservatezza.

Ulteriori info: Servizio per Gruppi di auto aiuto, tel. 0471 312424,
<https://www.autoaiuto.bz.it/Accompagnatori.html>

Servizio per Gruppi di auto aiuto

Il Servizio per i Gruppi di auto aiuto è il centro di coordinamento per il rafforzamento, il sostegno ed il coordinamento delle attività dei Gruppi di auto aiuto in Alto Adige. Informa capillarmente sulle tematiche dell'auto aiuto e dei relativi gruppi in Alto Adige.

Il Servizio per i gruppi di auto aiuto offre.....

■ A persone che si interessano dei gruppi di auto aiuto

- » Panoramica sui Gruppi di auto aiuto presenti in Alto Adige
- » Consulenza ed informazioni sulle modalità operative e reperibilità dei Gruppi di auto aiuto
- » Informazioni e consulenza nella cooperazione con i Gruppi di auto aiuto

■ A persone che vogliono costituire un gruppo di auto aiuto

- » Consulenza e supporto nella fase di avvio di un gruppo di auto aiuto
- » A richiesta sostegno per i primi 2 - 8 incontri tramite accompagnatori volontari per gruppi di auto aiuto (<https://www.autoaiuto.bz.it/Accompagnatori.html>)
- » Corso annuale per l'avvio di Gruppi di auto aiuto
- » Materiale informativo per la costituzione di gruppi di auto aiuto

■ Ai gruppi di auto aiuto dell'Alto Adige

- » Supporto nella messa in rete dei gruppi di auto aiuto
- » Offerte formative su tematiche proprie dell'auto aiuto
- » Consulenza e supporto su problematiche nei Gruppi di auto aiuto
- » Supporto e consulenza nel cooperare con Strutture socio-sanitarie

■ Ai professionisti del territorio

- » Materiale informativo sull'auto aiuto e sui gruppi
- » Interfaccia tra le persone interessate ed i gruppi di auto aiuto
- » Conferenze e manifestazioni informative sul tema dell'auto aiuto
- » Collaborazione nella conduzione di manifestazioni attinenti alla tematica dell'auto aiuto

Il team del Servizio per Gruppi di auto aiuto risponde volentieri alle vostre domande sull'Auto aiuto.

Viene garantita la massima discrezione nei contatti. I servizi sono gratuiti.

Non trovate un gruppo di auto aiuto?

La pubblicazione dei gruppi in questo elenco è facoltativa.
Per questo motivo è possibile, che non tutti i Gruppi attivi sul territorio provinciale siano elencati.

Vengono inoltre costituiti sempre nuovi gruppi.

Se quindi non trovate nel presente elenco il gruppo di auto aiuto che state cercando, rivolgetevi al Servizio dei Gruppi di auto aiuto o visitate la pagina Web dove è possibile consultare l'elenco aggiornato: www.autoaiuto.bz.it

Se non trovate un gruppo idoneo alle vostre esigenze, c'è la possibilità di **costituirne uno nuovo**. Il Servizio per Gruppi di auto aiuto vi supporta volentieri nella fase di avvio e nell'accompagnamento del nuovo gruppo.

Contatto:

Servizio per Gruppi di auto aiuto

Telefono: 0471 312424

e-mail: info@autoaiuto.bz.it

web: www.autoaiuto.bz.it

Join-Life – Auto Aiuto per Giovani

„MI SENTO SOLO!“

„Ho una malattia cronica - cosa faccio?“

„Ho paura!“

Cercate qualcuno di cui potersi fidare, che vi capisce perché vive la vostra stessa esperienza? Allora consultate la nostra nuova homepage al sito

WWW.JOIN-LIFE.IT
Junge Selbsthilfe – AutoAiuto per giovani

Qui potrete contattare altri giovani che vogliono modificare le proprie condizioni di vita e che sono alla ricerca di persone come loro.

Indice

Malattie croniche	8
Malattie croniche interne.....	8
Malattie neurologiche.....	8
Tumori/cancro.....	10
Intolleranze, malattie della pelle.....	10
Malattie reumatiche.....	11
Gruppi per parenti di persone con malattie croniche.....	11
Salute mentale e psicosomatica	13
Salute mentale.....	13
Gruppi per parenti di persone con problemi psicosociali.....	14
Lutto/morte.....	15
Disabilità / Limitazioni / Menomazioni fisiche	16
Disabilità fisica.....	16
Limitazioni.....	16
Menomazioni fisiche.....	16
Gruppi per parenti di persone disabili e con menomazioni fisiche.....	17
Dipendenza	18
Alcol.....	18
Altre forme di dipendenze.....	19
Gruppi per parenti di persone con problemi di dipendenza.....	20
Gruppi di auto aiuto per donne e uomini	22
Abuso e violenza.....	22
Auto aiuto per uomini.....	22
Famiglia / Relazioni / Sessualità	23
Problemi riguardanti l'educazione di minori.....	23
Famiglie monogenitoriali.....	23
Famiglie affidatarie e adozione.....	23
Separazione – Divorzio.....	24
Giovani adulti / Anziani	25
Anziani.....	25
Situazioni di vita particolari	26
Amministrazione di sostegno.....	26
Orientamento in diverse fasi della vita.....	26
Cerchiamo nostri simili	27

Malattie croniche

Malattie croniche interne

Gruppi di auto aiuto per persone con Colite Ulcerosa – Morbo di Crohn

✉ AMICI VCED Onlus – sezione autonoma Alto Adige

🌐 www.amiciitalia.net

📧 bz@amiciitalia.net

📍 Cardano/Bolzano (dt./it.) 😊 Inge 📞 339 5680217

Brunico (dt.) Stefan Innerhofer 340 4154325 Stefaninnerhofer3@gmail.com

Incontro per persone adulte con Diabete del Tipo 1

📍 Bolzano (dt.) 😊 Evelyn Selva 📞 333 7276820 📧 evelyn.selva@gmx.net

Gruppi di auto aiuto per donne con endometriosi

📍 Val Gardena (dt.) 339 1925540 349 1732339

Gruppi di auto aiuto per stomizzati

✉ Associazione stomizzati provincia Bolzano, 39100 Bolzano, Via Marconi 9/2

📞 0471 981423

🌐 www.stoma-bz.it

📧 info@stoma-bz.it

📍 Brunico (dt./it.) 😊 Carmen

📞 347 2461738 📧 info@pm-kerzen.it

Gruppo di tempo libero Neurofibromatosi - malattia von Recklinghausen "Gli irrequieti"

📍 su richiesta 😊 Klara 📞 339 1829505 📧 dierastlosen@virgilio.it

Ferdinand 339 5719358

Malattie neurologiche

Gruppi di auto aiuto Epilessia

✉ Epinet – Rete Epilessia Alto Adige, 39012 Merano, via Roma 3

📞 366 8968033

🌐 www.epinet.bz.it

📧 info@epinet.bz.it

📍 Bolzano (dt.) 😊 Gerlinde Larch 📞 342 6138809 📧 gerlinde.larch@outlook.it

Bressanone (dt.) Klaudia 328 2575625 lspsms@yahoo.de

Brunico (colloqui) Seyr Gerda 0474 554179 gkniederkofler@hotmail.com

Malles (colloqui) Rosa Paulmichl 347 8924159 rosapaulmichl@yahoo.de

Merano (dt./it.) Walter Sölva 335 5352522 soelva.walter@gmail.com

Gruppo di auto aiuto per persone con Nevralgia del Trigemino Val Venosta

📍 Silandro (dt.) 😊 Hermann Tumler 📞 347 7671222

Matthias Alber 339 1747317

Gruppo di auto aiuto Chorea Huntington per parenti e malati

📍 Brunico (dt.) 😊 Manuela 📞 348 5200760 manuhoferoberhammer@gmail.com

Gruppi di auto aiuto per malati di Parkinson

✉ Associazione Altoatesina per il Parkinson e malattie affini, 39100 Bolzano, via Galileo Galilei, 4/a

📞 0471 931888 🌐 www.parkinson.bz.it 📧 info@parkinson.bz.it

📍 Bolzano (dt./it.) 😊 📞 0471 931888

Bressanone (dt./it.)	Winkler Maria Luise	349 8697918
	Miterrutzner Anna	347 0560702

Brunico (dt./it.)	Hildegard Pescosta	0474 410832
	Helga Weber	0474 409404

Appiano (dt./it.)	Rita und Hilde Wöth	0471 663194
-------------------	---------------------	-------------

Merano (dt./it.)	Edith Steiner	335 8439000
------------------	---------------	-------------

Egna (dt./it.)		0471 931888
----------------	--	-------------

Silandro (dt./it.)	Evelyn Peer	324 7405069
--------------------	-------------	-------------

'Jupp's' Gruppo di auto aiuto per giovani malati di Parkinson

📍 Bolzano (dt./it.) 😊 D. & L. Bernardi 📞 0471 214588

Gruppi di auto aiuto per persone affette da Sclerosi Multipla

✉ Associazione Sclerosi Multipla, 39100 Bolzano, via Milano, 15

📞 0471 201116 🌐 www.ms-sm-bz.org 📧 info@ms-sm-bz.org

📍 Bolzano 😊 📞

Egna (dt./it.)	Beatrix Pardeller	348 2217889	b.pardeller@bb44.it
----------------	-------------------	-------------	--

Merano

Malles (dt./it.)	Evelyn Spitaler	347 1039607
------------------	-----------------	-------------

Gruppo di auto aiuto per parenti e persone con colpo apoplettico, lesioni cerebrali da ictus o trauma

📍 Bolzano/Cardano (dt.) 😊 A. Schwienbacher 📞 348 2459752

'Fallschirm' - Gruppo di auto aiuto per persone con colpo apoplettico, lesioni cerebrali da ictus o trauma

✉ Associazione Fallschirm, 39042 Bressanone

📍 Bressanone (dt.) 😊 Gabi Wild 📞 348 7353181 📧 wildgabi1015@gmail.com

Heini 0472 801488

Gruppo di auto aiuto per persone che hanno subito un colpo apoplettico, lesioni cerebrali da ictus o trauma cranico Val Pusteria

📍 Brunico (dt.) 😊 H. Mutschlechner 📞 340 9743554 📧 hartmann.mutschlechner@yahoo.it

Erich Unterberger 335 6695758

Gruppo di auto aiuto per persone con colpo apoplettico, lesioni cerebrali da ictus o trauma Merano

📍 Merano (dt.) 😊 Sandy 📞 339 7742754 📧

Gruppo di auto aiuto Sindrome Restless Legs – gambe senza riposo

📍 Brunico (dt.) 😊 📞 348 3524735 📧 unruhigebeine.pustertal@gmail.com

Tumori/cancro

'Fiocco Rosa' Gruppo di auto aiuto per donne operate al seno

✉ Lega per la lotta contro i tumori, 39100 Bolzano, piazza Alexander Loew Cadonna 10

📞 0471 402000

💻 www.liltbolzanobozen.com

📧 info@liltbolzanobozen.com

📍 Bolzano (it.)

📞 0471 402000

L'albero - gruppo di auto aiuto guidato per uomini con tumore alla prostata Brunico

✉ Assistenza Tumori Alto Adige, Servizio Psicologico Brunico

💻 www.krebshilfe.it

📧 info@krebshilfe.it

📍 Brunico (dt.)

😊 Hartmann Aichner

📞 348 3558655

📧

Anton Huber

0474 581805

anton.huber@sb-bruneck.it

Krebshilfe Pustertal

0474 551327

unterpustertal@krebshilfe.it

Gruppo di auto aiuto guidati per persone colpite da tumore

(per donne e uomini in fase acuta di terapia; per donne e uomini in fase post-terapeutica; gruppi di attività pittorica e creatività manuale, gruppi di attività varie per il tempo libero)

✉ Assistenza Tumori Alto Adige, 39100 Bolzano, via Tre Santi 1

📞 0471 283348

💻 www.krebshilfe.it

📧 info@krebshilfe.it

📍 Bolzano (dt.)

😊

📞 0471 283719

📧 bozen-salten-schlem@krebshilfe.it

Bressanone (it.)

Fabbian Nives

0472 812430

eisacktal@krebshilfe.it

Bressanone (dt.)

Fabbian Nives

0472 812430

eisacktal@krebshilfe.it

Brunico (dt.)

Monika Tasser

0474 551327

unterpustertal@krebshilfe.it

Anton Huber

0474 581805

anton.huber@sb-bruneck.it

Brunico (dt./it.)

0474 551327

unterpustertal@krebshilfe.it

(Gruppo di pittura)

Val Isarco: Betroffer
beraten Betroffene

0472 812430

eisacktal@krebshilfe.it

Val Gardena (dt., It., lad.)

E. Tappeiner Dellago

320 671 2315

eisacktal@krebshilfe.it

Caldaro (dt./it.)

Berta Tschigg Ambach

0471 820466

ueberetsch-unterland@krebshilfe.it

Merano (Colloqui)

Oskar Asam

0473 445757

meran-burggrafenamt@krebshilfe.it

Alta Val Pusteria (dt./it)

Anton Walder

0474 972800

oberpustertal@krebshilfe.it

(Gruppo di pittura)

Val Venosta (Colloqui)

Helga Schönthaler

0473 445757

vinschgau@krebshilfe.it

Intolleranze, malattie della pelle

Gruppo di auto aiuto per malati di psoriasi

✉ LAPIC - Gruppo Psoriasi, 39100 Bolzano, via Duca d'Aosta, 70/1

📞 0471 287336

💻 www.lapicuvz.it

📧 info@lapicuvz.it

📍 Bressanone (dt./it.)

😊 Hilda Platzgummer

📞 0471 287336

Gruppo di auto aiuto per persone con celiachia

✉ AIC – Associazione per la Celiachia, 39100 Bolzano, Via G. Galilei 4a

📞 0471 051626

💻 www.aicbz.org📧 info@aicbz.org

📍 Bressanone (dt.)

😊 Maria Brunner

📞 338 4570289

📧 brmaria4444@gmail.com**Malattie reumatiche****Reumafoon – aiuto telefonico e consulenza a persone colpite da persone colpite**

✉ Associazione Reuma Alto Adige, 39057 Frangarto, Pillhof 25

📞 0471 537847

💻 www.rheumaliga.it📧 info@rheumaliga.it**Gruppo di auto aiuto Fibromialgia**

✉ Associazione Reuma Alto Adige, 39057 Frangarto, Pillhof 25

📞 0471 979959

💻 www.rheumaliga.it📧 info@rheumaliga.it

📍 Bolzano (dt./it.)

😊 Antonietta Trova

📞 334 8131381

📧

Bressanone (dt./it.)

Marialuise Leitner

329 4594749

Brunico (dt./it.)

Renate Tasser

348 7750411

Egna (dt./it.)

Christine Peterlini

347 4623198

Gruppo Reuma Bolzano

✉ LAPIC, 39100 Bolzano, via Duca d'Aostastr. 70

📞 0471 287336

💻 www.lapicuvz.it📧 info@lapicuvz.it

📍 Bolzano (it.)

📞 0471 287336

Gruppi per parenti di persone con malattie croniche**Gruppo di auto mutuo aiuto together Bolzano aperto a uomini, mariti, compagni e familiari di donne malate di tumore e/o in trattamento oncologico**

✉ ASDI, Centro per l'Assistenza Separati – Divorziati, 39100 Bolzano, via Armando Diaz 57

📞 0471 266110

💻 www.asdibz.it📧 Asdi.bolzano@micso.net

📍 Bolzano (it.)

Cirimbelli Roberta

📞 0471 266110

Gruppo di auto aiuto guidato per parenti e badanti di persone malate di Parkinson

✉ Associazione Altoatesina per il Parkinson e malattie affini, 39100 Bolzano, via Galileo Galilei 4/a

📞 0471 931888

💻 www.parkinson.bz.it📧 info@parkinson.bz.it

📍 Bolzano (dt./it.)

😊 Marika Kuen

📞 0471 931888

Gruppi di auto aiuto guidati per parenti curanti

○ Brunico (dt.)	Martha Gruber (SAD)	0474 537870	martha.gruber@bzgpust.it
Malles (Colloqui)	Dorothea Tappeiner	340 6939212	
Rio Pusteria (dt.)	Katharina Eisenstecken	0472/834200	
	V. Oberhauser (SAD)	0472/849685	
Naturno (dt.)	Sieglinde Eisenkeil	0473 968027	
Collepietra (dt.)	Ingrid Werner (SAD)	0471 361411	
Fiè (dt.)	Ingrid Werner (SAD)	0471 361411	

Incontro rivolto a familiari di persone affette da forme di demenza (es. Alzheimer)

✉ Associazione Alzheimer Südtirol Alto Adige - A.S.A.A., 39100 Bolzano, Piazza Gries 18

📞 0471 051951 🌐 www.asaa.it 📧 info@asaa.it

○ Bolzano (dt. & it.) ☺	Christine	📞 0471 284121	
Bressanone (su richiesta)		0471 051951	
Chiusa (dt.)		348 1545279	
Merano (dt.)	Helga	339 6791289	
San Candido (ted.)		0474 919907	
San Leonardo i.P.	Brigitte Kofler	340 7713256	brigitte.kofler@bzgbga.it
Vipiteno (dt.)		333 5356170	

Diabete - Incontro per genitori

✉ DIABETES UNION Alto Adige-Südtirol

📞 0471 401761 🌐 www.diabetes.bz.it 📧 info@diabetes.bz.it

○ Diverse località (dt./it.) ☺	Gerhard Sölva	📞 335 7031234	gerhard@tin.it
	Irene Egger	338 5792742	irene.egger@brennercom.net
Val Pusteria (dt./it.)	Manuela Nido	340 2258929	manuela.kuenig@gmail.com

Salute mentale e psicosomatica

Salute mentale

In cordata Bolzano – per uscire assieme dai momenti bui della depressione o di altre difficoltà

Girasole Laives - Per imparare ad affrontare le proprie difficoltà

Coloriamo le emozioni Laives – Per esprimere con i colori le proprie emozioni

✉ Associazione A.M.A. (Auto Mutuo Aiuto), 39100 Bolzano, Piazza Gries 18

📞 331 8084333	💻 www.associazioneama.bz.it	✉ info@associazioneama.bz.it
📍 Bolzano (it.)	😊 Katia Assuntini	📞 347 1883490
	Manuela Lorenzini	347 3417253
		✉ katiaassuntini@yahoo.it
Laives (it.)	Anna Bologna	0471 950816
	Silvana Zenorini	328 1994871
		✉ annamariafaustinapesaresi@gmail.com
		✉ silvana.zenorini@alice.it

Gruppi di auto aiuto per depressione ed ansia

✉ Associazione Lichtung, 39031 Brunico, via Dante, 4

📞 0474 530266	💻 www.lichtung-girasole.com	✉ info@lichtung-girasole.com
📍 Bolzano (dt.)		📞 0474 530266
Bressanone (dt.)		0474 530266
Brunico (dt.)		0474 530266
Merano (dt.)		0474 530266

Gruppo per persone con ansia e attacchi di panico Lana

📍 Lana (dt.)	😊 Kunigunde Nock	📞 340 4815639	✉ nock.kuni@gmail.com
--------------	------------------	---------------	--

AD(H)D adulti Alto Adige

📍 Bolzano (dt.)	😊 Simona Nardi	📞 3482380460	✉ ads.erwachsene@gmail.com
-----------------	----------------	--------------	--

Gruppo di auto mutuo aiuto per adulti con AD(H)D Bolzano

📍 Bolzano (it.)	😊 Jessica	📞 340 7228377	✉ test.bolzano@aifa.it
-----------------	-----------	---------------	--

Gruppo di auto aiuto "Zusammen heller sehen" per depressione Silandro

📍 Silandro (dt.)	😊 Emma Pobitzer	📞 348 7686251	✉
------------------	-----------------	---------------	---

Triologo: pazienti, parenti, professionisti

- ✉ Associazione Ariadne - per la salute psichica, bene di tutti, 39100 Bolzano, via Galileo Galilei 4
 📞 0471 260303 🌐 www.ariadne.bz.it 📧 info@ariadne.bz.it
- ✉ Associazione Lichtung, 39031 Brunico, via Dante, 4
 📞 0474 530266 🌐 www.lichtung-girasole.com 📧 info@lichtung-girasole.com
- 📍 Merano (dt.) 😊 📞 0471 260303 📧 info@ariadne.bz.it
 Bressanone (dt.) 📞 0474 530266 📧 info@lichtung-girasole.com

Gruppi per parenti di persone con problemi psicosociali

Gruppi per parenti di persone con disturbi psichici

- ✉ Associazione Ariadne - per la salute psichica, bene di tutti, 39100 Bolzano, via Galileo Galilei 4
 📞 0471 260303 🌐 www.ariadne.bz.it 📧 info@ariadne.bz.it
- 📍 Bolzano (dt.) 😊 📞 0471 260303 📧 info@ariadne.bz.it
- | | | |
|------------------------|-------------|--|
| Bolzano genitori (dt.) | 0471 260303 | info@ariadne.bz.it |
| Bolzano (it.) | 0471 260303 | info@ariadne.bz.it |
| Caldaro (dt.) | 0471 260303 | info@ariadne.bz.it |
| Laives (dt.) | 0471 260303 | info@ariadne.bz.it |

Gruppo di auto aiuto per genitori di bambini con mutismo selettivo

- 📍 Silandro (ted/it) 😊 Christian Califano 📞 340 4007930 📧 tamachri@libero.it
 incontri su richiesta

Lutto/morte

"Uniti dalla speranza" Bolzano - Per ritrovare la serenità dopo la sofferenza del lutto

✉ Associazione A.M.A. (Auto Mutuo Aiuto), 39100 Bolzano, Piazza Gries 18

📞 331 8084333 🌐 www.associazioneama.bz.it 📧 info@associazioneama.bz.it

📍 Bolzano (it.) 😊 Wanda Brigadoi 📞 340 8083035 📧 wanda.bf@alice.it

Cafè del lutto

✉ Caritas Servizio Hospiz, 39100 Bolzanon, via Marconi 7

📞 0471 304370 🌐 www.caritas.bz.it 📧 hospiz@caritas.bz.it

📍 Bolzano (dt.) & (it.) 📞 0471 304370 📧 hospiz@caritas.bz.it

Bressanone (dt.) 0472 268418 hospiz.brixen@caritas.bz.it

Brunico(dt.) 0474 413978 hospiz.bruneck@caritas.bz.it

Malles (dt.) 366 5889441 hospiz.schlanders@caritas.bz.it

Vipiteno (dt.) 0472 268418 hospiz.brixen@caritas.bz.it

Gruppo di auto aiuto guidato per genitori in lutto

✉ Caritas Servizio Hospiz Merano, 39012 Merano, Via delle Corse 52

📞 0473 495631 🌐 www.caritas.bz.it 📧 hospiz.meran@caritas.bz.it

📍 Merano (dt.) 😊 Irene Volgger 📞 0473 495631 📧 irene.volgger@caritas.bz.it
331 1749202

Gruppo sul Lutto per genitori che hanno perso un figlio „Giglio Bianco“

✉ Ambulatorio di ostetriche CoMadre, 39043 Chiusa, via Gufidaun 130

📞 347 7985820 🌐 www.hebammen-praxis.net 📧 heb.comadre@gmail.com

📍 Chiusa (dt.) 😊 Anna Gantioler Pemthaler 📞 347 7985820

Disabilità / Limitazioni / Menomazioni fisiche

Disabilità fisica

Gruppo di auto aiuto per persone affette da poliomielite

✉ Associazione Selbsthilfegruppe Kinderlähmung, 39031 Brunico, Nordring 22c
 📞 3493656858 📧 gruppe.polio@gmail.com
 📍 Brunico/Gais (dt.) 😊 Oswald Mairunteregger 📞 3493656858 📧 gruppe.polio@gmail.com

Gruppo di auto aiuto per invalidi paraplegici

📍 su richiesta(dt.) 😊 Michael Stampfer 📞 333 6089615 📧 michl76@gmx.net
 Erwin Bertagnolli 338 9772515 info@erwin.bz.it

Limitazioni

Gruppo di auto aiuto per balbuzienti

📍 Bressanone (dt.) 😊 Gudrun Reden 📞 349 2970566 📧 gudrun@reden.it

'People First' Gruppo di autorappresentanza per persone con problemi di apprendimento

✉ Associazione Lebenshilfe, 39100 Bolzano, via Galileo Galilei, 4/c
 📞 0471 062501 🌐 www.lebenshilfe.it 📧 info@lebenshilfe.it
 📍 Bolzano (dt.) 📞 0471 062501 📧 peoplefirst@lebenshilfe.it

Menomazioni fisiche

Gruppo di auto aiuto per genitori di figli con labbro-palatoschisi

✉ Associazione Lebenshilfe, 39100 Bolzano, via Galileo Galilei, 4/c
 📞 0471 062501 🌐 www.lebenshilfe.it 📧 info@lebenshilfe.it
 Facebook: LKG - Spalten Südtirol
 📍 Bolzano (su richiesta) 😊 📧 lkgssuedtirol16@yahoo.com

Gruppi per parenti di persone disabili e con menomazioni fisiche

Gruppi per genitori e parenti di bambini disabili

✉ AEB - Associazione genitori di persone in situazione di Handicap, 39100 Bolzano, Via G. Galilei 4

📞 0471 289100

🌐 www.a-eb.net

✉ info@a-eb.net

📍 Pedagogia dei genitori Bz (it.)	😊 Francesca Fabiana	📞 333 6374580 335 5759160	
Starke Frauen Burgraviato (dt.)	Maria Tschaupp	0473/945826	
Sindrome di Down Val Isarco (dt.)	Annelies Graf	0473/241278	
Sindrome di Down Val Pusteria (dt.)	Bernardette	349 7282667	
Sindrome di Down Val Pusteria (dt.)	Sabine	349 7732375	
Sindrome di Down Val Pusteria (dt.)	Gertrud Kofler	347 2150245	✉ gertrudpaula.kofler@gmail.com
Roller Kids Val Pusteria (dt.)	Margit Kammerer	338 1768213	reinhard.kammerer@infinito.it

Dipendenza

Alcol

AA – alcolisti anonimi

✉ AA – Alcolisti Anonimi, 39100 Bolzano, Casella postale 315

🌐 www.alcolisti-anonimi.it

📍 Gruppo Europa Bolzano (it.)	😊 Graziano Pia	📞 334 7344753 334 7469774	✉ aagruppoeuropa@gmail.com
Gruppo Duomo Bolzano (it.)		334 1888268	✉ aagruppoduomo@gmail.com
Gruppo Sincerità Merano (it.)		339 2887615	

AA - Anonyme Alkoholiker

✉ AA – Anonyme Alkoholiker, 39040 Velturmo, Paese 18

📞 3348314515

🌐 www.anonyme-alkoholiker.at/suedtirol ✉ info@aa-suedtirol.com

📍 Bolzano (dt.)	😊 Elisabeth Reinhard	📞 329 2358313 339 7479877
Brunico (dt.)	Sigrid Martin Helga Adolf	0474 410284 340 3650277 0474 411075 347 2310383
Bressanone (dt.)	Leni	0472 855115
Cardano (dt.)	Mathilde Paul	335 6284428 3458974848
Merano (dt.)	Brigitte Reinhard	335 1346805 339 7479877
San Candido (dt.)	Waltraud	0474 710187

Hands - Gruppi di auto aiuto per alcoldipendenti

✉ Hands, 39100 Bolzano, viale Duca d'Aosta 100

📞 0471 270924

🌐 www.hands-bz.it

✉ ambulatorio@hands.ines.org

📍 Bolzano (it.) (dt.)	😊	📞 0471 270924	✉ ambulatorio@hands.ines.org
Bolzano Donne (it)		0471 270924	ambulatorio@hands.ines.org
Merano (it.) (dt.)		0473 221793	merano@hands.ines.org

Kreuzbund Alkohol - Gruppo di auto aiuto

✉ Caritas - consulenza psicosociale, 39028 Silandro, Via Principale 131

📞 0473 621237

🌐 www.caritas.bz.it

✉ psb@caritas.bz.it

📍 Silandro (dt.)	😊 Walter Erlacher	📞 339 1234369	✉ rlcwtrs16@schule.suedtirol.it
------------------	-------------------	---------------	--

Gruppo di auto aiuto per malati di alcol "Cristo Re" Bolzano

📍 Bolzano (dt.) 😊 Hans 📞 348 7281231 📧

Alcol e Sociale: Gruppi di auto aiuto✉️ **Associazione Alcol e Sociale**

📍 Bressanone (dt.) 😊 Peter 📞 340 4904844 📧 peter.stockner@bb44.it

Chiusa (dt./it.) Franz 333 3744890

Siusi (dt./it.) Giorgio 349 8465383

Ortisei (dt./it.) Giorgio 349 8465383

Vipiteno (dt.) Patrick 331 2790817 patrick-graf@gmx.net

Club degli alcolisti in trattamento – gruppi di auto aiuto

✉️ **Ass. Prov. dei Club degli Alcolisti in Trattamento - Alto Adige (APCAT-AA), 39030 San Martino in Badia, Distretto Sociale, Piccolino, 71**

📞 0474 836744 🌐 www.sucht.it 📧 alcohol@raiunsozial.org

📍 Anterivo (dt./it.) 😊 Gabriele Dallio 📞 349 3541326

Club St. Jakob 17

Brunicoa (it.) Edi 3462210803

Club I Delfini 20 Duilio 3381205859

Brunico (dt./it.) 0474 836744

Club Orion 21

Valdaora (dt./it.) Anna Sagmeister 349 8962833

Club Florian 11 Resi 3478290539

San Martino Paul Pedevilla 348 6108479

Club Pütia 2

Campo Tures Rosmarie Mair Kirchler 340 2547446

Club Kaktus 6

La Ila (dt./it.) Engelbert Canins (James) 3385975817

Club Boè 1 Hubert Pizzinini 3391698343 hubert-pizzinini@libero.it

Gruppo di auto aiuto per persone con problemi di dipendenze "Don Bosco"

✉️ **Gruppo Don Bosco, 39100 Bolzano, via Alessandria 38/a**

🌐 www.donbosco.bz 📧 info@donbosco.bz

📍 Bolzano (dt./it.) 😊 Gerhard 📞 335 5250056

Altre forme di dipendenze**CoDA- Co-Dependents Anonymous - Anonyme Co-Abhängige**

✉️ **Co-DA Co-Dependents Anonymous, 39012 Merano, via D. Chiesa 38 E**

🌐 www.coda-deutschland.de

📍 Merano (dt.) 😊 Elisabeth 📞 339 2887615

Linde 333 3571723

Gruppi per parenti di persone con problemi di dipendenza

Al-Anon per familiari e amici di bevitori problematici

✉ Gruppi Familiari Al-Anon/Alateen Italia - per familiari e amici di bevitori problematici

📞 800 087 897 🌐 www.al-anon.it 📧 usg@al-anon.it

📍 Bolzano (it.) 😊 Andrea 📞 380 3066781

Al-Anon - Angehörige und Freunde von Alkoholikern

✉ Al-Anon Familiengruppen – Selbsthilfegruppen für Angehörige und Freunde von Alkoholikern

🌐 <http://al-anon.at> 📧 info@al-anon.at

📍 Bressanone (dt.)	😊 Waltraud	334 9721461	
	Anna	366 4936659	
Brunico (dt.)	Margareth	0474 944695	gerdakupa@gmail.com
	Hilda	0471 836023	
	Gerda	340 3430860	

Hands- Gruppi di auto aiuto guidati per famigliari di alcoldipendenti

✉ Hands, 39100 Bolzano, viale Duca d'Aosta 100

📞 0471 270924 🌐 www.hands-bz.it 📧 ambulatorio@hands.ines.org

📍 Bolzano (it.)	😊	📞 0471 270924	
Merano (dt.)	Elisa Ravalli	0471 270924	elisa.ravalli@hands.ines.org

Alcol e Sociale: Gruppo di auto aiuto per parenti

✉ Associazione Alcol e Sociale

📍 Chiusa (su richiesta) 😊 Frieda 📞 333 1163508

Crew - Gruppi di auto aiuto guidati per familiari di minori con problemi di uso/abuso di sostanze illegali

✉ Associazione La Strada - Der Weg, 39100 Bolzano, via Visitazione 42

📞 0471 203111 🌐 www.lastrada-derweg.org 📧 crew@lastrada-derweg.org

📍 Bolzano (it)	😊 Cristina Mitta	331 6793980	cmitta@lastrada-derweg.org
Bolzano (dt.)	Carla Felderer	345 3976631	cfelderer@lastrada-derweg.org
Merano (dt.)	Angelika Lanthaler	335 7298345	angelika_lanthaler@hotmail.com

Crew - Gruppi di auto aiuto guidato per familiari di persone con problemi di dipendenza da sostanze illegali

✉ Associazione La Strada - Der Weg, 39100 Bolzano, via Visitazione 42

📞 0471 203111	💻 www.lastrada-derweg.org	✉ crew@lastrada-derweg.org	
📍 Bolzano (it)	😊 Cristina Mitta	331 6793980	cmitta@lastrada-derweg.org
Bressanone (it.)	Cristina Mitta	331 6793980	cmitta@lastrada-derweg.org
Merano (dt.)	Angelika Lanthaler	335 7298345	angelika_lanthaler@hotmail.com

Gruppi di auto aiuto per donne e uomini

Abuso e violenza

Gruppo di auto aiuto 'Silberband (abuso sessuale)

✉ Servizio per Gruppi di auto aiuto, 39100 Bolzano, via Streiter 4

📞 0471 312424

💻 www.autoaiuto.bz.it

✉ info@autoaiuto.bz.it

🕒 Colloqui

Raus aus der Gewalt - Hinein ins Leben - Selbsthilfegruppen für Frauen, die von häuslicher Gewalt bedroht sind, derzeit erleben oder erlebt haben

✉ Casa delle Donne Brunico, 39031 Brunico

🕒 Brunico (dt.)

😊 Lara

📞 800 892828

Auto aiuto per uomini

Gruppo per uomini: Fidarsi della vita

✉ MIP - Männer Initiative Pustertal, 39031 Brunico, Paternsteig 1

📞 0474 555848

💻 www.mip-pustertal.it

✉ info@mip-pustertal.it

🕒 Brunico (dt.)

😊 Linter Johannes
Steurer Josef

📞 3357157237
3483747118

Famiglia / Relazioni / sessualità

Problemi riguardanti l'educazione di minori

ADHD Diamoci una mano

 Facebook "LAURA AIUTO ADHD"

- Colloqui

Laura Arcari	☎ 338 3940660	✉ defsim@dnet.it
Kerstin Becker	348 3108388	kerstinbecker@hotmail.com

ImPuls – Gruppo per genitori di bambini e adolescenti con AD(H)D Bressanone

- Bressanone (dt.) 😊

☎ 339 5681238	✉ impuls.adhs@gmail.com
---------------	-------------------------

Gruppo di auto aiuto per genitori di bambini iperattivi Brunico

- Brunico (su richiesta) 😊 Marion

☎ 0474 586205	✉
---------------	---

Famiglie monogenitoriali

Gruppi guidati per persone singole con figli a carico

✉ Südtiroler Plattform für Alleinerziehende, 39100 Bolzano, via Dolomiti 14 (Premstallerhof)

☎ 0471 300038  www.alleinerziehende.it ✉ info@alleinerziehende.it

- Bolzano (dt.) ☎ 0471 300038

Bressanone (dt.) 0471 300038

Brunico (dt.) 0471 300038

Su richiesta si organizzano altri gruppi anche in altre zone della Provincia di Bolzano

Famiglie affidatarie e adozione

Incontro genitori affidatari Valle Isarco

✉ in collaborazione con la Comunità comprensoriale Valle Isarco

- Chiusa (dt.)

Barbara	327 6787708	✉ rederlechner@gmail.com
Irmgard	340 6306545	

Gruppo di auto aiuto per persone adulte adottate

✉ Servizio per Gruppi di auto aiuto, 39100 Bolzano, via Streiter 4

☎ 0471 312424  www.autoaiuto.bz.it ✉ info@autoaiuto.bz.it

- Gespräche

Separazione – Divorzio

Gruppo di auto aiuto per separati

✉ ASDI, Centro per l'assistenza Separati – Divorziati, 39100 Bolzano, via Armando Diaz 57

📞 0471 266110

💻 www.asdibz.it

📧 asdi.bolzano@micso.net

📍 Bolzano (it.)



📞 0471 266110

Väter aktiv incontri di auto mutuo aiuto

✉ Associazione Väter Aktiv – Kinder brauchen Väter, 39012 Merano

📞 389 1930032

💻 www.vaeter-aktiv.it

📧 info@vaeter-aktiv.it

📍 Val Isarco (dt.)



📞 Alfred Niederstätter 348 2719963

📧 alfred.niederstaetter@vaeter-aktiv.it

Giovani adulti / Anziani

Anziani

Gruppo auto aiuto per famigliari di anziani (AUSER) Bolzano

✉ AUSER Associazione per l'autogestione dei servizi e la solidarietà, 39100 Bolzano, Piazza Don Bosco 1

📞 0471 200588

💻 www.auserbz.org

✉ presidenza@auserbz.org

🗣️ Colloqui (it.)

😊 Gabriella Bissacco

📞 338 2108802

✉ gabriellab@cgil-agb.it

Situazioni di vita particolari

Amministrazione di sostegno

Consulenza tra pari per amministratori di sostegno

✉ Associazione per l'Amministrazione di Sostegno, 39100 Bolzano, Via Combattenti 3
 📞 0471 1886235 🌐 www.sachwalter.bz.it 📧 info@sachwalter.bz.it
 📍 Bolzano (dt. & it.) 😊 Roberta Rigamonti 📞 0471 1886235

Orientamento in diverse fasi della vita

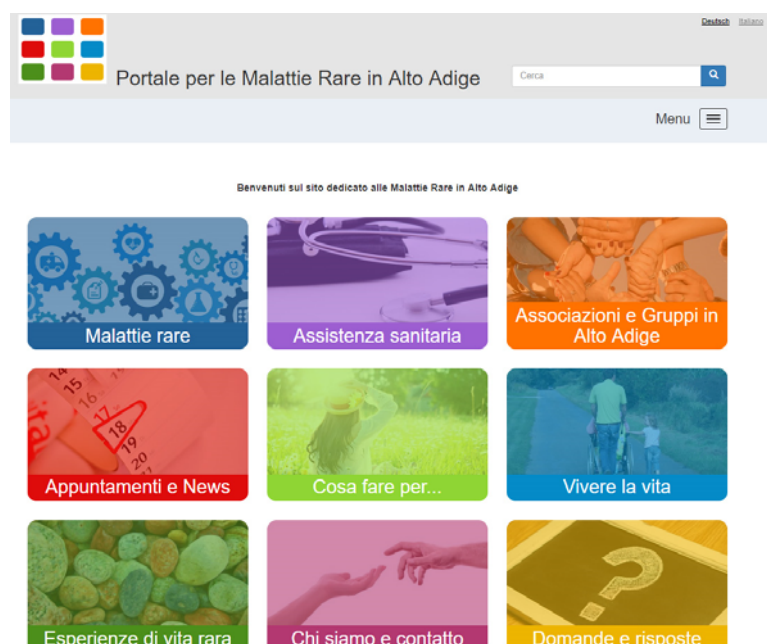
Palestra di Vita Bolzano - Per riconoscere, ascoltare ed esprimere le proprie emozioni

✉ Associazione A.M.A. (Auto Mutuo Aiuto), 39100 Bolzano, Piazza Gries 18
 📞 331 8084333 🌐 www.associazionema.bz.it 📧 info@associazionema.bz.it
 📍 Bolzano (it.) 😊

Empowerment Bolzano - Per potenziare le proprie risorse personali

✉ Associazione A.M.A. (Auto Mutuo Aiuto), 39100 Bozen, Piazza Gries 18
 📞 331 8084333 🌐 www.associazionema.bz.it 📧 info@associazionema.bz.it
 📍 Bolzano (it.) 😊

Portale per le Malattie Rare in Alto Adige: www.rare-bz.net



Cerchiamo nostri simili

Sindrome di Klinefelter

✉ Servizio per Gruppi di auto aiuto, 39100 Bolzano, via Streiter 4

📞 0471 312424 🌐 www.autoaiuto.bz.it

📧 info@autoaiuto.bz.it

🕒 Pazienti cercano pazienti

CPT II Deficit di carnitina Palmitoiltransferasi II - forma miopatica

🕒 Pazienti cercano pazienti

📧 cpt2-mangel@hotmail.com

Ipoparatiroidismo Alto Adige

🕒 Pazienti cercano pazienti

📧 hypo.ipopara.bz@gmail.com

Sindrome Churg Strauss

✉ Servizio per Gruppi di auto aiuto, 39100 Bolzano, via Streiter 4

📞 0471 312424 🌐 www.autoaiuto.bz.it

📧 info@autoaiuto.bz.it

🕒 Pazienti cercano pazienti

Spina Bifida

✉ Servizio per Gruppi di auto aiuto, 39100 Bolzano, via Streiter 4

📞 0471 312424 🌐 www.autoaiuto.bz.it

📧 info@autoaiuto.bz.it

🕒 Pazienti cercano pazienti

Osteogenesis imperfecta Alto Adige

🕒 Pazienti cercano pazienti

📞 338 2788345

Sensibilità chimica multipla (MCS)

🕒 Pazienti cercano pazienti

📞 339 4892017

ME/CFS - Myalgic Encephalomyelitis - Chronic Fatigue Syndrome

🕒 Pazienti cercano pazienti

📞 338 1334943 📧 me.cfs.bz@gmail.com

Alkaptonuria

🕒 Pazienti cercano pazienti

📞 339 7866187

Malformazione congenita al femore o tibia o perone o fibula

🕒 Pazienti/genitori cercano pazienti/genitori 📞 340 4902960

Piastrinopenia (ITP)

🕒 Pazienti/genitori cercano pazienti/genitori

📧 maeggi76@hotmail.com

Paraparesi/Paraplegia spastica ereditaria/familiare (PSF), Malattia di Strümpell-Lorrain

🕒 Pazienti cercano pazienti

📞 338 4889234

Sindrome di Joubert (SJ)

🕒 Pazienti/genitori cercano pazienti/genitori

📧 pullower300@gmail.com



Servizio per Gruppi di auto aiuto
Federazione per il Sociale e la Sanità

Via Streiter 4 | 39100 Bolzano
tel. 0471 312424 | tel. 0471 1888110
info@autoaiuto.bz.it | www.autoaiuto.bz.it

Auto aiuto per Giovani: www.join-life.it | www.facebook.com/joinlife.it
Portale per le Malattie Rare in Alto Adige: www.rare-bz.net

Orari: lun – ven ore 8.30 – 12.30 e lun - gio ore 14.00 – 17.00

