

Selbsthilfegruppen

in Berlin (Fortsetzung)

Die Polarfüchse (in Berlin-Weißensee)

Nur für Betroffene

Zeit: jeden Montag, 18:30 - 20:00 Uhr
Ort: St. Joseph-Krankenhaus Weißensee, Raum Z125,
Gartenstraße 1, 13088 Berlin-Weißensee
Kontakt: Anne (030) 12 05 98 97 (Anrufbeantworter, Rückruf erfolgt)
polarfuechse@bipolaris-mail.de
www.bipolaris.de/polarfuechse

Gleichgewicht (in Berlin-Reinickendorf)

Zeit: für Betroffene: jeden Montag, 18:30 - 20:00 Uhr
für Betroffene und Angehörige: 1. Montag im Monat
Ort: Vivantes Humboldt-Klinikum, Pavillon bei Station 4,
Am Nordgraben 2, 13509 Berlin-Reinickendorf
Kontakt: Jenny: (030) 36 75 16 01, (0170) 83 52 953
Olaf: (030) 89 39 67 53, (0162) 235 44 92
SHG-Gleichgewicht@bipolaris-mail.de
www.bipolaris.de/gleichgewicht

Seiltänzer (in Berlin-Tempelhof)

Nur für Betroffene

Zeit: 2. + 4. Dienstag im Monat, 18:00 - 19:30 Uhr
Ort: Die Kurve GmbH, Kontakt- und Beratungsstelle Tempelhof,
Forddamm 1, 12107 Berlin-Tempelhof
Kontakt: KBS Die Kurve: (030) 74 00 63 14
seiltaenzer@bipolaris-mail.de, www.bipolaris.de/seiltaenzer

Spandau

Betroffene und Angehörige gemeinsam

Zeit: 1. + 3. Donnerstag im Monat, 18:30 - 20:00 Uhr
Ort: Treffpunkt Regenbogen, Lynarstr. 9, 13585 Berlin-Spandau
Kontakt: (030) 12 08 97 49 (Anrufbeantworter, Rückruf erfolgt)
bipolar.shg.spandau@gmail.com, www.bipolaris.de/spandau

Die Lerchen (in Berlin-Friedrichshain / Kreuzberg)

Nur für Betroffene

Zeit: jeden Dienstag, 19:00 - 20:30 Uhr
Ort: Selbsthilfe-Treffpunkt Friedrichshain-Kreuzberg,
Boxhagener Straße 89, 10245 Berlin
Kontakt: (030) 22 18 54 78
lerchen@bipolaris-mail.de, www.bipolaris.de/lerchen

Die Selbsthilfegruppen werden ehrenamtlich und unabhängig von Ärzten und Kliniken von denen geführt, die selber direkt mit der Bipolaren Störung im täglichen Leben konfrontiert sind.

Bitte nehmen Sie vor Ihrem ersten Besuch der Selbsthilfegruppe Kontakt mit der Ansprechpartnerin / dem Ansprechpartner der Selbsthilfegruppe auf.

Herausgegeben von: bipolaris - Manie & Depression, Selbsthilfevereinigung Berlin-Brandenburg e. V., Tegeler Weg 4, 10589 Berlin, Tel.: (030) 9170 80 02, bipolaris@bipolaris.de, www.bipolaris.de, www.facebook.de/bipolaris

Stand: 09.2018

bipolaris

Manie & Depression Selbsthilfevereinigung
Berlin-Brandenburg e. V.

Selbsthilfegruppen in Berlin & Brandenburg

Bipolare Störung Depression & Manie

„Selbsthilfe heißt, aktiv
an der Besserung des
eigenen Befindens
mitzuwirken.“

Selbsthilfegruppen für Menschen mit Bipolaren Störungen

in Brandenburg

Brandenburg an der Havel

Betroffene und Angehörige gemeinsam

Zeit: 2. + 4. Montag im Monat, 17:00 - 19:00 Uhr
Ort: Wohnstätte der Gemeindenahen Psychiatrie e. V.,
Mittelstraße 8, 14776 Brandenburg an der Havel
Kontakt: BIKS - Brandenburger Informations- und Kontaktstelle für
Selbsthilfe: (03381) 20 99 334
fwz-brandenburg@caritas-brandenburg.de
www.bipolaris.de/brandenburg

Cottbus

Betroffene und Angehörige gemeinsam

Zeit: 2. + 4. Donnerstag im Monat, 17:30 - 19:00 Uhr
Ort: Soziokulturelles Zentrum, Zielona-Gora-Str. 16, 03048 Cottbus
Kontakt: Daniela: (035601) 51 66 19
bipolar.shg.cottbus@web.de
bipolar-shg-cb.jimdo.com

Eisenhüttenstadt

Nur für Betroffene

Zeit: Telefonisch zu erfragen
Ort: Selbsthilfe-Zentrale Eisenhüttenstadt,
Kastanienhof 3, 15890 Eisenhüttenstadt
Kontakt: Frau Weinert: (03364) 73 42 66
shz@online.de
www.selbsthilfe-eisenhuettenstadt.de

Mahlow

Nur für Betroffene

Zeit: 1. + 3. Dienstag im Monat, 17:30 Uhr
Ort: „Haus der Begegnung“, Obere Etage,
Immanuel-Kant-Str. 3-5 (ehemals Heinrich-Heine-Str.),
15831 Mahlow
Kontakt: Bettina: (0176) 21 60 64 21
SHG-Mahlow@bipolaris-mail.de
www.bipolaris.de/mahlow

Neuruppin

Betroffene und Angehörige gemeinsam

Zeit: 2. + 4. Donnerstag im Monat, 18:00 - 20:00 Uhr
Ort: Haus des Paritätischen,
Fehrbelliner Str. 139, 16816 Neuruppin
Kontakt: Doreen: (0162) 989 30 53
SHG-Neuruppin@bipolaris-mail.de
www.bipolaris.de/neuruppin

Potsdam

Nur für Betroffene

Zeit: 2. + 4. Mittwoch im Monat, 18:00 Uhr
Ort: Selbsthilfe-, Kontakt- und Informationszentrum (SEKIZ)
Hermann-Elflein-Str. 11, 14467 Potsdam
Kontakt: Annett: (033234) 883 02
SHG-Potsdam@bipolaris-mail.de
www.bipolaris.de/potsdam

in Berlin

Achterbahn (in Marzahn)

Nur für Betroffene

Zeit: jeden Freitag in der geraden Woche, 16:30 Uhr
Ort: Alkoholfreies- Begegnungs-Centrum (ABC), Raum 1,
Alt-Marzahn 54, 12685 Berlin-Marzahn
Kontakt: Bernd Christensen: (0157) 83 45 84 13
bernd-christensen@gmx.net, www.bipolaris.de/achterbahn

Angehörigengruppe in Schöneberg

Nur für Angehörige

Zeit: 3. Dienstag im Monat, 16:30 - 18:00 Uhr
Ort: Nachbarschaftshaus Friedenau,
Holsteinische Straße 30, 12161 Berlin-Schöneberg
Kontakt: Selbsthilfetreffpunkt: (030) 85 99 51 - 330
Angehoerige-NBH@bipolaris-mail.de
www.bipolaris.de/angehoerigengruppe

Balance (in Berlin-Schöneberg / Steglitz)

Zeit: für Betroffene: jeden Mittwoch, 19:00 - 20:30 Uhr
für Angehörige und Betroffene: 3. Mittwoch im Monat
Ort: JeverNeun, Außenstelle des Nachbarschaftsheim Schöneberg,
Jeverstraße 9, 12157 Berlin-Steglitz
Kontakt: Dagmar: (030) 785 59 13, Ilse: (030) 79 70 33 58
Kontakt@SHG-Balance.de, www.shg-balance.de

Bipolar Berlin (in Berlin-Mitte)

Zeit: für Betroffene: jeden Dienstag, 18:30 - 20:00 Uhr
für Angehörige und Betroffene: 1. Dienstag im Monat
Ort: Charité, Campus Mitte, Charitéplatz 1, 10117 Berlin-Mitte,
auf dem Charitégelände „Alte Nervenklinik“,
Bonhoefferweg 3, Konferenzraum 0058
Kontakt: Ramona: (03329) 618 94 94, (0178) 979 79 16
bipolarberlin@bipolarberlin.de, www.bipolarberlin.de

Die Möwen (in Berlin-Mitte)

Nur für Betroffene

Zeit: jeden Donnerstag, 19:00 Uhr
Ort: St. Hedwig Krankenhaus, Große Hamburger Str. 5-11, 10115 Berlin,
Raum V 307 im dritten Stock des Vorderhauses
Kontakt: (030) 20 23 80 46 (Anrufbeantworter, Rückruf erfolgt)
Kontakt@Bipolar-in-der-Mitte.de
www.Bipolar-in-der-Mitte.de

Bipolar Zehlendorf

Nur für Betroffene

Zeit: jeden Donnerstag, 17:30 Uhr
Ort: Kate im Nachbarschaftsheim Mittelhof
Königstr. 42, 14163 Berlin-Zehlendorf
Kontakt: Nachbarschaftsheim Mittelhof: (030) 80 19 75 14
selbsthilfe@mittelhof.org
www.bipolaris.de/zehlendorf

