

Selbsthilfegruppen

in Berlin (Fortsetzung)

Die Polarfuchse (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: Anja (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
für Betroffene und Angehörige: 1. Montag im Monat
Ort (1): Im 1., 3., 5. Montag im Monat - 18:30 - 20:00 Uhr
Vivantes Humboldt-Klinikum, Pavillon der Station 4
Am Nordgraben 2, 13509 Berlin
Ort (2): Im 2. und 4. Montag im Monat - 16:00 - 17:30 Uhr
Ambulatorium für Seelisch Gesundheit (Institutsambulanz)
Raum 91-92 (1. Etage), Waldstraße 86 - 90, 13403 Berlin
Kontakt: Jenny: (030) 36 75 16 01, 0170 / 83 52 953
Olaf: (030) 89 39 67 53, 0162 / 23 54 492
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 (ohne Anmeldung)
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: SHG-Spandau@bipolaris-mail.de, www.bipolaris.de/spandau

Die Kojoten (in Friedrichshain / Kreuzberg)

Nur für Betroffene

Zeit: jeden Dienstag, 19:00 - 20:30 Uhr
Ort: Selbsthilfe-Treffpunkt Friedrichshain-Kreuzberg,
Boxhagener Straße 89, 10245 Berlin
(Klingel am Hauseingang rechts neben dem Ladenlokal)
Kontakt: (030) 291 83 48 (Selbsthilfe-Treffpunkt)
diekojoten@j252.de, www.bipolaris.de/kojoten

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.

Herausgegeben von: bipolaris - Manie & Depression Selbsthilfevereinigung
Berlin-Brandenburg e. V., Tegeler Weg 4, 10589 Berlin, Tel.: (030) 91 70 80 02,
bipolaris@bipolaris.de, www.bipolaris.de, www.facebook.de/bipolaris

Stand: 12/2023

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 & deren Angehörige

in Brandenburg

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
Hinweis: **Nächsten Termin bitte vorher erfragen.**

Potsdam

Nur für Betroffene

Zeit: 1. + 3. Mittwoch im Monat, 18:00 Uhr
Ort: Selbsthilfe-, Kontakt- und Informationszentrum (SEKIZ)
Hermann-Elflein-Str. 11, 14467 Potsdam
Kontakt: Annett: (033234) 88 302
SHG-Potsdam@bipolaris-mail.de
www.bipolaris.de/potsdam

Eisenhüttenstadt sucht Betroffene und Angehörige für Gruppengründung

Ort: Selbsthilfe-Zentrale Eisenhüttenstadt, Kastanienhof 3
Kontakt: Frau Weinert: (03364) 73 42 66
shz@drk-mohs.de
www.drk-mohs.de (und dann auf „Angebote“ -> Selbsthilfe“)

in Berlin

Männer Bipolar (in Schöneberg / Friedenau)

Nur für Betroffene

Zeit: jeden 2., 3., 4. und 5. Donnerstag im Monat, 18:30 - 20:30 Uhr
Ort: Nachbarschaftshaus Friedenau (Selbsthilfetreffpunkt),
Holsteinische Straße 30, 12161 Berlin-Schöneberg
Kontakt: Selbsthilfetreffpunkt: (030) 85 99 51 330
Norbert: 0177 / 308 63 53
selbsthilfe@nbhs.de, www.bipolaris.de/maenner

Achterbahn (in Marzahn)

Nur für Betroffene

Zeit: jeden 2. Freitag im Monat, 18:00 Uhr
Ort: Selbsthilfe-, Kontakt- und Beratungsstelle
Alt-Marzahn 59a
12685 Berlin-Marzahn
Kontakt: Selbsthilfekontaktstelle: (030) 54 25 103
Alexander: 0173 / 570 40 29
awjaeger@web.de, www.bipolaris.de/achterbahn

Bipolar Zehlendorf

Nur für Betroffene

Zeit: jeden Donnerstag, 17:30 Uhr
Ort: Kate im Nachbarschaftsheim Mittelhof
Königstr. 42, 14163 Berlin-Zehlendorf
Kontakt: Mobil: 01522 / 145 65 32
Nachbarschaftsheim Mittelhof: (030) 80 19 75 14
selbsthilfe@mittelhof.org
www.bipolaris.de/zehlendorf

in Berlin

Angehörigengruppe (in Schöneberg / Friedenau)

Nur für Angehörige

Zeit: jeden 2. Dienstag im Monat, 16:30 - 18:00 Uhr
Ort: Nachbarschaftshaus Friedenau, 4. OG
Holsteinische Straße 30,
12161 Berlin-Schöneberg
Kontakt: Selbsthilfetreffpunkt: (030) 85 99 51 - 330/333
Angehörige-NBH@bipolaris-mail.de
www.bipolaris.de/angehoerigengruppe
Hinweis: **Teilnahme nur mit Anmeldung an obige E-Mail-Adresse**

Balance (in 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 (1. Etage),
12157 Berlin-Steglitz
Kontakt: Ilse: (030) 12 353 770 (Anrufbeantworter, Rückruf erfolgt)
Marec: 0162 / 874 28 21
Kontakt@SHG-Balance.de
www.shg-balance.de

Bipolar Berlin (in Mitte)

Zeit: **für Betroffene:** jeden Dienstag, 18:30 - 20:00 Uhr
für Angehörige und Betroffene: 1. Dienstag im Monat
Ort: Charité Campus Mitte (CCM)
Charitéplatz 1,
10117 Berlin-Mitte
Kontakt: Ramona: 0178/ 979 79 16
Holger: 0170 / 18 48 129
www.bipolarberlin.de
Hinweis: **Bitte bis spät. einen Tag vorher anmelden!**

Die Möwen (in 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

Personen für Selbsthilfegruppen-Gründung gesucht (in T reptow, Adlershof)

Für Betroffene

Kontakt: bipolaris@bipolaris.de

Bipolar - Spandauer Vorstadt (in Mitte)

Hinweis: **Diese Gruppe pausiert seit Mitte 2023.**

Die Kamelreiter (in Wilmersdorf)

Hinweis: **Diese Gruppe pausiert seit 09/2023.**