

Selbsthilfegruppen in Berlin Spandau für Menschen mit psychischen Erkrankungen

Name	Sprechzeiten/Gruppentreffen 	Telefonnummer 	E-Mail-Adresse 	Web-Adresse 	Straße	Postleitzahl
1. Zentrale Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen Spandau						
Selbsthilfe Spandau	Di 11-14 Uhr, Mi 15-17:30 Uhr, Do 9-13 Uhr	030 38 17 05 7 oder 030 38 24 03 0	shtsiemensstadt@casa-ev.de	www.casa-ev.de	Wattstraße 12	13629 Berlin
In der 1. zentralen Kontaktstelle Spandau treffen sich folgende Gruppen						
Borderline	Jeden 1. und 3. Montag 17:30-19 Uhr	030 382 403 0	shtsiemensstadt@casa-ev.de	www.casa-ev.de	Wattstraße 12	13629 Berlin
Mit Tatendrang durchs Chaos (auch bekannt unter dem Namen: Wertbeimessungsstörung/hoarding/compulsive hoarding/Messie-Syndrom)	Jeden 1. und 3. Montag 17:30-19:30 Uhr	030 382 403 0 oder 030 381 705 7	<u>Junge-selbsthilfe-spandau@casa-ev.de</u> oder shtsiemensstadt@casa-ev.de	www.casa-ev.de	Wattstraße 12	13629 Berlin
2. Zentrale Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen in Spandau						
Mauerritze	Mo + Di 10-13 Uhr, Do 15:30-18:30 Uhr	030 33 35 02 6	shtsiemensstadt@casa-ev.de	www.casa-ev.de	Mauerstraße 6	13597 Berlin
In der 2. zentralen Kontaktstelle Spandau (Mauerritze) treffen sich folgende Gruppen						
Angst und Depressionen	Dienstags, 11-12:30 Uhr	030 33 35 02 6	shtsiemensstadt@casa-ev.de	www.casa-ev.de	Mauerstraße 6	13597 Berlin
Angst/Panik (Frauengruppe) II – Donnerstag	Donnerstags 10:30-12 Uhr	030 33 35 02 6	shtsiemensstadt@casa-ev.de	www.casa-ev.de	Mauerstraße 6	13597 Berlin
Angstgruppe für Frauen am Donnerstag-Warteliste	Donnerstags 10:30-12 Uhr	030 33 35 02 6	shtsiemensstadt@casa-ev.de	www.casa-ev.de	Mauerstraße 6	13597 Berlin
Angstgruppe I – nur für Frauen in Spandau – zurzeit Warteliste	Dienstags (gerade Woche) 17:15-18:45 Uhr	030 33 35 02 6	shtsiemensstadt@casa-ev.de	www.casa-ev.de	Mauerstraße 6	13597 Berlin
Depressionen – Freitagsgruppe – Siemensstadt	Bitte erfragen	030 382 403 0	shtsiemensstadt@casa-ev.de	www.casa-ev.de	Wattstraße 13	13593 Berlin
Weitere Selbsthilfegruppen im Bezirk Spandau						
Bipolar Selbsthilfegruppe Spandau (Betroffene und Angehörige)	Jeden 1. und 3. Donnerstag 18-19:30 Uhr	030 91 70 80 02	bipolaris@bipolaris.de	www.bipolaris.de	Lynarstraße 9	13585 Berlin
Mobbing und Burnout – Selbsthilfegruppe	Bitte erfragen		c.hannemann@kabelmail.de		Plivierstraße 3	14089 Berlin
ADHS	Dienstags 17-18:30 Uhr	030 382 403 0	shtsiemensstadt@casa-ev.de	www.casa-ev.de	Rohrdamm 23	13629 Berlin
Ängste und Depressionen	Freitags 10-12 Uhr	030 382 403 0	shtsiemensstadt@casa-ev.de	www.casa-ev.de	Rohrdamm 23	13629 Berlin
Selbsthilfegruppe für Menschen mit Depressionserfahrung	Mittwochs 17:30-19:30 Uhr	030 382 403 0	shtsiemensstadt@casa-ev.de	www.casa-ev.de	Rohrdamm 23	13629 Berlin

Selbsthilfegruppen in Berlin Spandau für Menschen mit psychischen Erkrankungen

Selbsthilfegruppen können in vielen Fällen eine psychiatrische und/oder psychotherapeutische Behandlung von Menschen mit psychischen Erkrankungen sinnvoll ergänzen. Hier findet der Austausch mit anderen Betroffenen statt, hier gibt es häufig auch Beratung, Tipps und vor allem auch Verständnis für die besonderen Probleme und Schwierigkeiten. Das Angebot an Selbsthilfegruppen in Berlin ist sehr groß, aber oft ist es dennoch nicht einfach, die passende Selbsthilfegruppe zu finden. Wir – die Psychiatrie Initiative Berlin Brandenburg (kurz: PIBB) und der Verein für Psychiatrie und seelische Gesundheit möchten Ihnen mit diesem Flyer helfen, wohnortnah ein passendes Angebot zu finden.

Aber zuerst noch kurz ein Wort dazu, wer wir sind!

Wer ist die Psychiatrie Initiative Berlin Brandenburg (kurz: PIBB)?

Die Psychiatrie Initiative Berlin Brandenburg (PIBB; www.pi-bb.de) hat seit 2008 ein ambulantes Netz in der psychiatrischen Versorgung in Berlin und Brandenburg aufgebaut, in dem Fachärzt*innen für Psychiatrie und Psychotherapie, Psychotherapeut*innen, psychiatrische Pflegekräfte, Ergotherapeut*innen und Soziotherapeut*innen zusammenarbeiten. Auch Ihre behandelnde Ärztin/Ihr behandelnder Arzt bzw. Ihr behandelnder Psychotherapeut/Ihre behandelnde Psychotherapeutin ist Mitglied in diesem Netz. Ganz aktuell haben wir seit 2022 ein neues Versorgungsangebot (die Ambulante Komplexbehandlung) für Menschen mit insbesondere schweren psychischen Erkrankungen aufgebaut.

Die PIBB arbeitet eng mit dem Verein für Psychiatrie und seelische Gesundheit (<http://psychiatrie-in-berlin.de/vpsg/>) zusammen.

Und wer ist der Verein für Psychiatrie und seelische Gesundheit?

Der Verein für Psychiatrie und seelische Gesundheit (VPSG) hat das Ziel, die Psychiatrische und psychotherapeutische Versorgung in Berlin und Brandenburg zu verbessern und ist seit vielen Jahren in dieser Region aktiv, unter anderem auch mit Integrierten Versorgungsverträgen (<http://psychiatrie-in-berlin.de/vpsg/>).

Viel Erfolg bei der Suche wünscht Ihnen herzlich das Team der PIBB!

Stand 15.07.2025