

Selbsthilfegruppen in Münster



Selbsthilfe mobilisiert eigene Kräfte und lebt von der Gemeinschaft!

Immer mehr Menschen nutzen die Möglichkeit, sich bei gesundheitlichen, seelischen und sozialen Belastungen in einer Selbsthilfegruppe gegenseitig zu unterstützen. In Münster gibt es über 200 Selbsthilfegruppen für Betroffene und Angehörige. Die Themen reichen von A wie Angst bis Z wie Zöliakie.

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle Münster unterstützt Interessierte bei der Suche nach einer passenden Gruppe, hilft bei der Gruppengründung und informiert allgemein zum Thema Selbsthilfe.

Bei Fragen rund um die Selbsthilfe oder Interesse an einer Gruppe:

Selbsthilfe-Kontaktstelle Münster

Dahlweg 112
48153 Münster

-  0251 609 332 30
-  selbsthilfe-muenster@paritaet-nrw.org
-  www.selbsthilfe-muenster.de
-   [selbsthilfe.muenster](https://www.facebook.com/selbsthilfe.muenster)



Selbsthilfegruppen in Münster

A

AD(H)S
Adipositas
Aids
Alkoholabhängigkeit*
Alleinerziehende
Alzheimer*
Angst
Aphasie*
Arbeitslosigkeit (Frauen)
Arbeitssucht
Asperger Syndrom*
Asthma
Augenerkrankungen
Autismus

B

Behinderungen* (auch russischsprachig)
Binge Eating
Bipolare Störungen
Bisexualität
Blindheit
Bluthochdruck*
Borderline
Brustkrebs*
Bulimie / Anorexie
Burnout

C

Cannabisabhängigkeit*
Chronic Fatigue Syndrome*
Co-Abhängigkeit
Co-Counselling
Cochlear-Implantat
Colitis Ulcerosa
Coming-Out
COPD

D

Darmkrebs
Demenz*
Depressionen
Defibrilator-Implantation
Diabetes*
Down Syndrom*
Drogenabhängigkeit*
Dyskalkulie*
Dystonie*

E

Eierstockkrebs
Emotionale Belastungen
Endometriose
Entwicklungsstrauma
Essstörungen*

F

Familien mit behinderten Kindern*
Fibromyalgie
Frauen (afghanische, türkische, multikulturelle)
Freizeitgruppe Behinderte und Nichtbehinderte
Frühgeborene Kinder*

G

Gehörlosigkeit*
Geistige Behinderung*
Glaukom/grüner Star*

H

Haftentlassene*
Hashimoto
Hautkrebs
Herzkrankungen*
Herzkrankte Kinder*
Hirnschädigungen*
Hochbegabung*
Hochsensibilität /
Hochsensitivität
Hörbehinderung*
Homosexualität
Huntington*

I

Intergeschlechtlichkeit

K

Kaiserschnitt
Kehlkopfflosigkeit
Konduktive Förderung*
Körperbehinderung*
Krebs*

L

Lebertransplantation
Legasthenie*
Lesben

Leukämie
Lichen Sclerosus
Lipödem
Long Covid
Lungenkrebs
Lymphome

M

Männer
Messie-Syndrom
Migräne
Missbrauch
Morbus Bechterew*
Morbus Crohn*
Mukoviszidose*
Multiple Sklerose*
Myalgische
Enzephalomyelitis
Mütter im Familiengericht

N

Narzissmus
Netzhautdegeneration
Neurologische
Erkrankungen*
Nierenerkrankungen*

O

Organtransplantation*

P

Panikstörung
Pansexualität
Parkinson*
Partnerschaftsprobleme
Passivrauchen*
Patchwork-Familien*
Pflegerische Angehörige
Pflege u. Adoptiveltern
Phobien
Polio*
Porphyrie
Prostatakrebs
Post Covid
Post Vac
Psychiatriskritische
Psychische Erkrankungen*
Psychotherapeut*innen

R

Rheuma*
Ruhestand

S

Sado-Masochismus
Sarkoidose*
Schizoaffektive Störung
Schlafapnoe*
Schlaganfall*
Schmerzen
Schwerhörigkeit
Schwule
Selbstwert
Sehbehinderungen*
Senior*innen
Sexsucht
Sex. Gewalt
Sklerodermie
Skoliose*
Sozialängste
Soziale Phobien
Sternenkinder
Stoma
Stottern*
Sucht*
Suizid*

T

Tauschringe
Teilleistungsschwächen*
Toxische Beziehungen
Transidentität*
Trauer*
Trennung/Scheidung

V

Vaskulitis*
Vaterrechte

W

Wohnprojekte

Z

Zöliakie/Sprue*
Zwangserkrankungen
Zwillingseltern*

* = und/oder Angehörigen-/
bzw. Elterngruppen

Stand: Juli 2025

Dein Thema ist nicht dabei?

Kein Problem – wir helfen gerne bei der Gründung einer neuen Gruppe. Zudem haben wir einen Überblick über sonstige Hilfsangebote in Münster.

www.selbsthilfe-muenster.de

 **DER PARITÄTISCHE**
Münster
Selbsthilfe-Kontaktstelle