



# Selbsthilfegruppen in Münster

## Selbsthilfe mobilisiert eigene Kräfte und lebt von der Gemeinschaft!

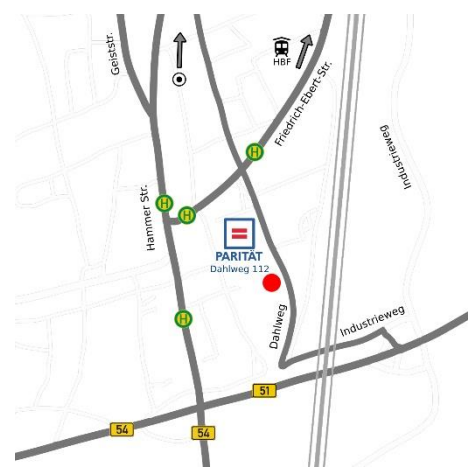
Immer mehr Menschen nutzen die Möglichkeit, sich bei gesundheitlichen, seelischen und sozialen Belastungen in einer Selbsthilfegruppe gegenseitig zu unterstützen. In Münster gibt es über 200 Selbsthilfegruppen für Betroffene und Angehörige. Die Themen reichen von A wie Angst bis Z wie Zöliakie.

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](mailto:selbsthilfe-muenster@paritaet-nrw.org)
-  [www.selbsthilfe-muenster.de](http://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  
Ataxie\*  
Augenerkrankungen

## B

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

## C

Cannabisabhängigkeit\*  
Cannabis in der Medizin  
Chronic Fatigue Syndrome\*  
Co-Abhängigkeit  
Co-Counselling  
Cochlear-Implantat  
Colitis Ulcerosa  
Coming-Out  
COPD

## D

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

## E

Eierstockkrebs  
Emotionale Belastungen  
Endometriose  
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\*  
Herzranke Kinder\*  
Herzrhythmusstörungen  
Hirnschädigungen\*  
Hochbegabung\*  
Hochsensibilität / Hochsensitivität  
Hörbehinderung\*  
Homosexualität  
Huntington\*

## I

Intergeschlechtlichkeit

## K

Kaiserschnitt  
Kehlkopflähmung  
Konduktive Förderung\*  
Körperbehinderung\*  
Krebs\*  
Kriegsenkel

## 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\*  
Mütter im Familiengericht  
Myalgische  
Enzephalomyelitis

## N

Narzissmus  
Netzhautdegeneration  
Neurologische Erkrankungen\*  
Nierenerkrankungen\*

## O

Organtransplantation\*

## P

Parkinson\*  
Partnerschaftsprobleme  
Passivrauchen\*  
Patchwork-Familien\*  
Pflegerische Angehörige  
Pflege u. Adoptiveltern  
Phobien  
Polio\*  
Polyneuropathie\*  
Porphyrie  
Prostatakrebs  
Post Covid  
Post Vac  
Psychiatriskritische  
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  
Spielsucht  
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 Angehörige-/  
bzw. Elterngruppen

Stand: Dez. 2024

## 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](http://www.selbsthilfe-muenster.de)

 **DER PARITÄTISCHE**  
SELBSTHILFE-KONTAKTSTELLE  
Münster