

# Selbsthilfegruppen in Münster

 **DER PARITÄTISCHE**  
SELBSTHILFE-KONTAKTSTELLE  
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 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



# Selbsthilfegruppen in Münster

<b>A</b> Achtsamkeit AD(H)S* Adipositas Aids Alkoholabhängigkeit* Alleinerziehende Alzheimer* Angst/Panik Aphasie Arbeitslosigkeit (Frauen) Arbeitssucht Asperger Syndrom* Asthma Ataxie Augenerkrankungen Autismus-Spektrum (Frauen)	Essstörungen* <b>F</b> Familien mit behinderten Kindern* Fetal-Alkohol-Spektrum Disorder (FASD)* Fibromyalgie Frauen (afghanische, türkische, multikulturelle) Frühgeborene Kinder*	Lipödem Lungenkrebs Lymphome	Schizoaffektive Störung Schlafapnoe Schlaganfall Schmerzen Schwerhörigkeit Schwule Selbstheilungskräfte stärken Selbstwert Sehbehinderungen* Senior*innen Sexsucht Sklerodermie Skoliose Sozialängste Spielsucht Spina Bifida* Stoma Stottern Sucht*
<b>B</b> Behinderungen* Bipolare Störungen Blindheit Bluthochdruck Borderline Brustkrebs* Bulimie Burnout	<b>G</b> Gehörlosigkeit* Geistige Behinderung* Glaukom/grüner Star	<b>M</b> Magersucht Männer Messie-Syndrom Migräne Morbus Bechterew Morbus Crohn Mukoviszidose* Multiple Sklerose Myalgische Enzephalomyelitis	<b>T</b> Tauschringe Teilleistungsschwächen* Tinnitus Transidentität Trauer* Trennung/Scheidung
<b>C</b> Cannabisabhängigkeit* Chronic Fatigue Syndrome Co-Abhängigkeit Co-Counselling Cochlear-Implantat* Colitis Ulcerosa Coming-Out COPD	<b>H</b> Haftentlassene* Hashimoto-Thyreoiditis Hautkrebs Herzerkrankungen Herzklappen-Operation Herzranke Kinder* Herzrhythmusstörungen Hirnschädigungen* Hirntumor Hochbegabung* Hochsensibilität* Hörbehinderung* Homosexualität Huntington Hydrocephalus*	<b>N</b> Narzissmus Netzhautdegeneration Neurologische Erkrankungen* Nierenerkrankungen* Nierentransplantation	<b>V</b> Vaskulitis* Vaterrechte Verlassene Eltern
<b>D</b> Darmkrebs Demenz* Depressionen Defibrillator-Implantation Down Syndrom* Drogenabhängigkeit* Dyskalkulie*	<b>I</b> Intersexualität	<b>O</b> Organtransplantation Osteoporose	<b>W</b> Wohnprojekte
<b>E</b> Endometriose Erwerbslosigkeit (Frauen)	<b>K</b> Kehlkopflosigkeit Kinderlähmung (auch Spätfolgen) Konduktive Förderung* Körperbehinderung* Krebs*	<b>P</b> Partnerschaftsprobleme Parkinson Passivrauchen Patchwork-Familien* Pflegerische Angehörige Pflege u. Adoptiveltern Phobien Polio Polyneuropathie Porphyrie Prostatakrebs Psychiatriskritische Psychische Erkrankungen*	<b>Z</b> Zöliakie/Sprue* Zwangserkrankungen Zwillingseltern*
	<b>L</b> Lebertransplantation Legasthenie* Lesben Leukämie	<b>R</b> Restless Legs Rheuma* Ruhestand	<i>* und/oder Angehörige-/ bzw. Elterngruppen</i>
		<b>S</b> Sado-Masochismus Sarkoidose	

## Dein Thema ist nicht dabei?

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