

zusammengestellt von der

Selbsthilfe-Kontaktstelle Dortmund

Ostenhellweg 42-48 / Eingang Moritzgasse

44135 Dortmund

Telefon: 0231 52 90 97

Internet: www.selbsthilfe-dortmund.de

Besuchen Sie uns auch auf **Facebook**:

facebook.com/Selbsthilfe.Dortmund

Und folgen Sie uns auf **Instagram**:

instagram.com/selbsthilfekontaktstelle_do

Sprechzeiten:

Montag

9.00- 13.00 | 14.00- 16.30 Uhr

Mittwoch

9.00- 13.00 | 14.00- 16.30 Uhr

Donnerstag

14.00- 16.30 Uhr

Freitag

9.00- 13.00 Uhr

und nach Vereinbarung

Informationen zur Nutzung dieses Dokuments:

1. Sie können im untenstehend **Inhaltsverzeichnis** direkt die Rubriken auswählen, denen die Selbsthilfegruppen zugeordnet sind.
2. Sie können aber auch das **Stichwort-Verzeichnis** nutzen, um Ihr Thema zu finden. Hinter dem Thema ist ein Link, den Sie klicken können, um direkt in die jeweilige Rubrik zu gelangen.
3. Meist ist bei den Gruppen ein **Verweis zum Selbsthilfenetz** angegeben. Wenn Sie mehr Informationen wünschen, dann klicken Sie dort bitte Selbsthilfenetz an.
4. **Weitere Details** zu Treffen und Ansprechpartner*innen von Selbsthilfegruppen erhalten Sie bei uns in der Kontaktstelle telefonisch, persönlich oder per E-Mail.
5. **Nicht fündig geworden?** Sie finden in diesem Verzeichnis keine Gruppe zu Ihrem Thema? Sprechen Sie uns an; möglicherweise können wir Ihnen darüber hinaus weiterhelfen.
6. Weitere Hinweise zu **Selbsthilfegruppen in NRW** finden Sie auch im Internet unter www.selbsthilfenetz.de oder www.koskon.de
7. Aktuelles aus der Dortmunder Selbsthilfe gewünscht? Abonnieren Sie unseren **Newsletter** [hier](#).

Rubriken

Bitte auf die Zeile klicken, um zur gewünschten Rubrik zu gelangen

1. Allergische Erkrankungen, Atemwegs- und Hauterkrankungen.....	6
2. Herz- Kreislaufkrankungen	6
3. Tumorerkrankungen	6
4. Nervensystem-Erkrankungen	8
5. Hirnschädigungen.....	9
6. Skelett-, Gelenk-, Muskel- und Bindegewebe-Erkrankungen	9
7. Stoffwechselerkrankungen / -störungen	9
8. Verdauungsorgan-Erkrankungen.....	10
9. Blut- und Immunsystem-Erkrankungen	10
10. Lebererkrankungen	10
11. Infektionskrankheiten.....	10
12. Andere Erkrankungen.....	11
13. Behinderung	11
14. Behinderung – Hören	12
15. Behinderung – Sehen	13
16. Behinderung – Sprechen/Schreiben.....	13
18. Psychische Erkrankungen	13
19. Psychosoziales / Lebenskrise.....	16
20. Sucht – Essstörungen.....	17
21. Sucht – Substanzen.....	17
22. Sucht – Verhalten	19
23. Partnerschaft / Familie / Eltern	19
24. Trennung, Einsamkeit, Gemeinschaft.....	20
25. Senioren	20
26. Frauen- / Männer-Gruppen.....	20
27. Lesben, Schwule, Bi*, Trans*, Polyamore	21
28. (Sexuelle) Gewalt	21
29. Besondere soziale Situation	22
30. Internationales	22
31. Gesellschaft, Umwelt, Kultur, Gesundheit	22
32. Verbraucher*innen- / Patient*innen-Rechte.....	22

Stichwort-Verzeichnis

Hinweis: Klicken Sie die Rubriken hinter den Stichwörtern an, um die Gruppeninformationen zu sehen.

A	Rubrik Klicken Sie auf den Link:		
Addison	Rubrik 7	- Eltern von jungen Erwachsenen	
Adoptiveltern	Rubrik 23	Bi*	Rubrik 27
Adipositas	Rubrik 20	- auch Suchtkranke	Rubrik 21
ADHS	Rubrik 4	Blasenausgang, künstlicher	Rubrik 3
AIDS/HIV	Rubrik 9	Blasenkrebs	Rubrik 3
Akromegalie	Rubrik 7	Blephaospasmus	Rubrik 4
Alleinerziehende, hier: mit psychischen Belastungen	Rubrik 19	Blindheit	Rubrik 15
Alkoholabhängigkeit, auch: - Angehörige - Homosexuelle - polnisch-sprachig + Angehörige	Rubrik 21	Borderline	Rubrik 18
Alopecia Areata	Rubrik 9	Bulimie	Rubrik 20
Alzheimer	Rubrik 4		
Amputierte	Rubrik 13		
Angst, auch: - Berufstätige 30-55 J. - im Aufbau	Rubrik 18	C	
Anorexie	Rubrik 20	Chromosomal geschädigte Kinder	Rubrik 13
Arbeiterkinder	Rubrik 29	Chronische körperliche Erkrankungen	Rubrik 12
Asperger Syndrom, auch: - Kinder - Frauen	Rubrik 13	Colitis ulcerosa	Rubrik 8
Augenerkrankungen	Rubrik 15	Conn	Rubrik 7
Autismus, auch: - Eltern von Kindern mit Autismus	Rubrik 13	Corona, hier: Long Covid	Rubrik 1
		Cushing	Rubrik 7
B		D	
Behinderungen, auch: - Kinder, russ. sprachige Familien - Studierende	Rubrik 13	Darmausgang, künstlicher	Rubrik 3
Bipolare Störung - auch mit deren Angehörigen	Rubrik 18	Darmerkrankungen	Rubrik 8
		Darmkrebs	Rubrik 3
		Demenz	Rubrik 4
		Depressionen, auch: - U40 - Eltern von jungen Erwachsenen - Frauen, türkisch sprachig - und Essstörungen	Rubrik 18 Rubrik 26 Rubrik 20
		Diabetes, auch: - Pumpenträger - und Depressionen	Rubrik 7
		Dissoziation	Rubrik 18
		Drogenabhängigkeit, auch:	Rubrik 21

- Angehörige	
Dystonie	Rubrik 4
E	
Einsamkeit	Rubrik 24
Eltern, auch: - gehörlose - verlassene - nach Trennung - Familien am Limit (Pubertät)	Rubrik 23 Rubrik 14 Rubrik 19 + Rubrik 23 Rubrik 23 Rubrik 19
Epilepsie	Rubrik 4
Ertaubte	Rubrik 14
Essstörungen, auch: - Depression	Rubrik 20
F	
Familie	Rubrik 23
Fetales Alkoholsyndrom, - Adoptiveltern - Pflegeeltern	Rubrik 13
Fibromyalgie	Rubrik 6
Frauen	Rubrik 26
Freizeit	Rubrik 24
G	
Gehörlosigkeit	Rubrik 14
Glaukom / Grüner Star	Rubrik 15
Glücksspiel	Rubrik 22
H	
Haarausfall, diffuser/ kreisrunder, - bei Erwachsenen - bei Kindern	Rubrik 9
Hashimoto-Thyreoiditis	Rubrik 7
Hauterkrankungen	Rubrik 1
Herzranke, Kinder	Rubrik 2
Hirn-Aneurysma	Rubrik 5
HIV, hier: - Frauen - Freizeit - Frühstück	Rubrik 9
Hochbegabung, Kinder	Rubrik 23
Hochsensibilität	Rubrik 12
Hörbehinderung	Rubrik 14

Homosexualität, auch: - Angehörige - Väter/Ehemänner - Suchtkranke	Rubrik 27 Rubrik 21
Hypophysen-Erkrankungen	Rubrik 7
I	
Internationales	Rubrik 30
K	
Krebs, auch: - Junge Patienten	Rubrik 3 Rubrik 3
Kriegsenkel	Rubrik 19
L	
Lebensqualität im Alltag	Rubrik 31
Lesben, auch: - suchtkranke	Rubrik 27 Rubrik 21
Leukämie, Kinder	Rubrik 3
Lungenkrebs	Rubrik 3
Lupus erythematodes	Rubrik 9

M	
Magenentfernung	Rubrik 3
Magersucht	Rubrik 20
Männer	Rubrik 26
Messies	Rubrik 18
Migration	Rubrik 30
Missbrauch, seelisch (Kindheit)	Rubrik 18
Missbrauch, sexuell	Rubrik 28
Mitochondriopathie	Rubrik 12
Morbus Basedow	Rubrik 7
Morbus Bechterew	Rubrik 6
Morbus Crohn	Rubrik 8
Morbus Menière	Rubrik 14
Morbus Osler/HHT	Rubrik 12
Multiples Myelom / Plasmozytom	Rubrik 3
Multiple-Sklerose	Rubrik 4
Muskelerkrankungen	Rubrik 6
Myotonie	Rubrik 6
N	
Narzissenkinder, Erwachsene	Rubrik 18
Nebennierenerkrankung	Rubrik 7
O	

Organtransplantierte	Rubrik 12
Obdachlosigkeit, hier Angehörige	Rubrik 18
P	
Panik, auch: - Berufstätige 30-55 Jahre	Rubrik 18
Parkinson	Rubrik 4
Partner*innen von psychisch kranken Menschen	Rubrik 19 + Rubrik 23
PBC (Primär biliäre Zirrhose)	Rubrik 10
Pflegeeltern, auch - Kinder mit Behinderungen	Rubrik 23
Phäochromocytom	Rubrik 7
Plasmozytom / Multiples Myelom	Rubrik 3
Polyamorie	Rubrik 27
Poliomyelitis	Rubrik 11
Potenzprobleme	Rubrik 18
Prolaktinom	Rubrik 7
Psychose, hier Angehörige	Rubrik 18
PTBS	Rubrik 18
S	
Schilddrüse, Autoimmunerkrankung	Rubrik 7
Schwerhörigkeit	Rubrik 14
Schwule, auch: - Väter/Ehemänner - suchtkranke	Rubrik 27 Rubrik 21
Sehbehinderung	Rubrik 15
Senioren	Rubrik 25

Sex- und Liebessucht	Rubrik 22
Sklerodermie	Rubrik 6
Soziale Ängste	Rubrik 18
Stoma	Rubrik 3
Stottern	Rubrik 16
Sucht, auch - Angehörige - Homo-/Bisexuelle und Angehörige - persischsprachig	Rubrik 20+Rubrik 21+Rubrik 22
T	
Taubblind	Rubrik 15
Tinnitus	Rubrik 14
Torticollis Spasticus	Rubrik 4
Trauma	Rubrik 18
Trauer, - Frauen, mit und ohne Migrationshintergrund - verwaiste Eltern	Rubrik 19
Trennung	Rubrik 24
Tumorkranke, auch Kinder	Rubrik 3
U	
Übergewicht	Rubrik 20
V	
Väter nach Trennung	Rubrik 23
Verlustängste	Rubrik 18
Verhaltensstörung	Rubrik 18
Z	
Zwangsstörungen	Rubrik 18

Selbsthilfegruppen in Kategorien geordnet

Jede Selbsthilfegruppe ist anders



© fotolia-Photographie

Selbsthilfegruppen leben mit einem natürlichen Wechsel:

Selbsthilfeinteressierte finden neu in die Gruppen und andere verlassen sie wieder

Jede Gruppe hat eigene Bedürfnisse und Vorstellungen — bezogen auf ihre Arbeitsweise, ihre Zielgruppe und ihre ideale Größe, um einen lebendigen und effektiven Erfahrungsaustausch bewirken zu können.

Manche Gruppen arbeiten zeitweise geschlossen. Manchmal werden auch Wartelisten geführt.

1. Allergische Erkrankungen, Atemwegs- und Hauterkrankungen

Long Covid/Post Covid

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

2. Herz- Kreislauferkrankungen

Elterninitiative **herzkranker Kinder** Dortmund / Kreis Unna e.V.

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Bundesverein Jemah e.V. Regionalgruppe NRW
Jugendliche und Erwachsene mit angeborenem **Herzfehler**

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Mehr zum Bundesverein: www.jemah.de

3. Tumorerkrankungen

Frauenselbsthilfe **Krebs** NRW e.V.
Gruppe Dortmund-Mitte
(offen für alle an Krebs erkrankte Frauen und Männer sowie Angehörige)

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

www.frauenselbsthilfe.de/gruppen/dortmund-mitte.html

Frauenselbsthilfe Krebs NRW e.V. Gruppe Hörde (offen für alle an Krebs erkrankte Frauen und Männer sowie Angehörige)	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz https://www.frauenselbsthilfe.de/gruppen/dortm und-hoerde.html
Mamazone Dortmund – Frauen und Forschung gegen Brustkrebs	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz
Selbsthilfegruppe Frauen nach Krebs	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz
Selbsthilfegruppe Blasenkrebs erkrankungen Dortmund	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz www.shg-blasenkrebs-do.de
Lebens-Läufe e.V. Primär- und Sekundärprävention von Krebs erkrankungen bei Frauen	Gesprächskreis zum Info- und Erfahrungsaustausch Sportgruppe nach Krebs Walking u. Jogging Gruppen für erkrankte u. nicht erkrankte Frauen in verschiedenen Stadtteilen, selbstorganisiert Mehr Informationen im Selbsthilfenetz Mehr zum Verein: www.lebenslaeuferdortmund.de
Elterntreff leukämie- und tumor- erkrankter Kinder e. V.	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz www.elterntreff-dortmund.de
Deutsche ILCO e.V. Gruppe Dortmund (künstlicher Blasen- und Darmausgang und Darmkrebs)	Mehr lesen im Selbsthilfenetz Mehr zum Verein: www.ilco.de
Selbsthilfegruppe Kein Magen	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz Mehr zum Thema: www.kein-magen.de
Plasmozytom / Multiples Myelom SHG NRW e.V. Gruppe Dortmund (Angehörige, Betroffene, Interessierte)	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz

Treff junger Patienten (Krebs)	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz
Selbsthilfegruppe Lungenkrebs (Betroffene und Angehörige)	Mehr lesen im Selbsthilfenetz
Kehlkopfoperierte Dortmund	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz
4. Nervensystem-Erkrankungen	
Deutsche Multiple-Sklerose -Gesellschaft, Ortsvereinigung Dortmund, Castrop-Rauxel, Waltrop und Kreis Unna e.V.	Mehr zu den einzelnen Gruppen: http://www.dmsg-dortmund.de/ Mehr Informationen im Selbsthilfenetz
Kontaktgruppe Abend-Süd:	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz
Kontaktgruppe Dortmund-Mitte:	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz
Kontaktgruppe Süd:	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz
Jams Dortmund Jung und aktiv mit Multiple Sklerose - Betroffene und Angehörige	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz Mehr zur Gruppe: jams-do.de
Dt. Dystonie Gesellschaft e. V., Regionalgruppe Dortmund (auch: Blepharospasmus, Torticollis Spasticus)	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz Mehr zum Verein: http://www.dystonie.de
Alzheimer Gesellschaft Dortmund e. V.	Gesprächskreis Angehörige Mehr Informationen im Selbsthilfenetz Mehr Informationen zum Verein: www.alzheimer-dortmund.de
Deutsche Parkinson Vereinigung e.V., Regionalgruppe Dortmund	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz
PingPong Parkinson	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz

AD(H)S Selbsthilfegruppe für Erwachsene

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Mehr Informationen auf der [Gruppen-Homepage](#)

5. Hirnschädigungen

Die Glücklichen – Leben nach dem **Hirn-Aneurysma**

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

6. Skelett-, Gelenk-, Muskel- und Bindegewebe-Erkrankungen

Deutsche Vereinigung **Morbus Bechterew**
Landesverband NRW e.V. – Gruppe Dortmund

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

<https://www.dvmb-nrw.de/gruppen/dortmund/>

Morbus Osler/HHT SHG-Do
(Regional Gruppe Dortmund/NRW;
Dachverband: Morbus Osler Selbsthilfe e.V.)

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Mehr zum Dachverbands: www.Morbus-Osler.de

Selbsthilfegruppe **Fibromyalgie 1**

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Selbsthilfegruppe **Fibromyalgie 2**

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Sklerodermie Selbsthilfe e.V. Regionalgruppe
Dortmund

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Mehr zum Verein: www.sklerodermie-selbsthilfe.de

Myotonie-Selbsthilfe für Dortmund und
Umgebung (im Verein Mensch und Myotonie
e.V.)

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

mehr zum Verein:
www.menschundmyotonie.de

7. Stoffwechselerkrankungen / -störungen

Selbsthilfegruppe für **Hashimoto-Thyreoiditis**
und **Morbus Basedow** in Dortmund

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

mehr zum Verein: <http://www.kit-online.org/shgs/Dortmund>

Selbsthilfegruppe **Diabetes Typ I/II und
Depression**

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Diabetes-Pumpen-
Selbsthilfegruppe

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Selbsthilfegruppe für Patienten mit **Hypophysen- und Nebennieren-Erkrankungen** „Sphynx“ (Cushing, Akromegalie, Prolaktinom, Conn, Addison, Hormoninaktiver Tumor, Phäochromoytom)

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Regionalgruppe des bundesweiten ‚Netzwerk Glandula e.V.‘

8. Verdauungsorgan-Erkrankungen

Selbsthilfegruppe **Crohn und Colitis** Dortmund

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

www.crohncolitis-do.de

9. Blut- und Immunsystem-Erkrankungen

Regionalgruppe Dortmund der **Lupus erythematodes** Selbsthilfegemeinschaft e.V.

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

SHG **kreisrunder und diffuser Haarausfall** (Alopecia Areata)

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Frauen mit HIV

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Just for fun
Selbsthilfe-**Freizeitgruppe** für HIV-Positive und Vertrauenspersonen

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Just for fun
Selbsthilfe-**Frühstück** HIV-Positive und Vertrauenspersonen

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

10. Lebererkrankungen

Selbsthilfegruppe **PBC (Primär biliäre Zirrhose)**

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

11. Infektionskrankheiten

Bundesverband **Poliomyelitis** e.V., Regionalgruppe 58 Dortmund

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Mehr Informationen zum Verein:
www.polio-selbsthilfe.de

12. Andere Erkrankungen

Gruppe im Aufbau
Menschen mit Hochsensibilität

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Gruppe im Aufbau
Chronische körperliche Erkrankungen

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Regionalgruppe Dortmund und Umgebung
(BDO e.V.) der **Organtransplantierten**

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Mehr Informationen zum Verband: www.bdo-ev.de

Selbsthilfegruppe ‚Mito‘ Dortmund –
Gesprächskreis zu
mitochondrialen Krankheitsbildern

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

www.shg-mito-do.eu

13. Behinderung

Autismus:
Elterntreff im ATZ

[Elterntreff Autismus Dortmund](#)

Leona – Familienselbsthilfe bei seltenen
Chromosomenveränderungen e.V.

Treffen erfragen bei regionaler
Ansprechpersonen
Mehr Informationen zum Verein: www.leona-ev.de

SHG Sputnik-Dortmund
russisch sprachige Familien mit **Kindern mit
Beeinträchtigungen**

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Mehr Informationen zum Verein: <https://die-sputniks.de/>

SHG Sputnik-NRW
Russisch-sprachige Familien mit **Kindern mit
Beeinträchtigungen**

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Zum Verein: <https://die-sputniks.de/nordrhein-westfalen/>

Schützlingsfamilien - Selbsthilfegruppe für
Mütter von Kindern mit Handicap

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Selbsthilfegruppe
Asperger-Frauen

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Selbsthilfegruppe für Erwachsene mit
Autismus

Mehr Informationen bei der
Selbsthilfekontaktstelle
und im [Autismus-Therapie-Zentrum Dortmund](#)

Chicco – We are one
SHG von Menschen mit **anderen
Lernmöglichkeiten**

Mehr Informationen: www.mobile-dortmund.de/54-0-People-First-Chicco-We-are-one.html
und im [Selbsthilfenetz](#)

uPS - Unabhängige **Pflegeeltern**
Selbsthilfegruppe **FASD** Dortmund

**Pflegekinder mit besonderen Pflege-
Bedürfnissen: FASD,**
/ADS, Autismus-Spektrum-störungen,
Störungen der sozialen Kommunikation und
Entwicklungsneurologischen Störungen)

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

FASD – lebenslänglich Moritz
Selbsthilfegruppe für **Adoptiveltern**
(Fetales Alkoholsyndrom)

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Mehr Informationen zum Verein: <https://fasd-moritz.de>

Selbsthilfegruppe für **Amputierte** Dortmund

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Homepage des Landesverbandes:
www.lvampnrw.de

14. Behinderung – Hören

Tinnitus- und Morbus-Menièrè
Selbsthilfegruppe Dortmund

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Mehr Informationen zur Tinnitus-Liga:
www.tinnitus-liga.de

Selbsthilfegruppe **Inklusives Hören**
Offene Gruppe des
Deutscher **Schwerhörigenbund** Ortsverein
Dortmund (DSB)
für alle Interessierte

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

HörensWert-Selbsthilfegruppe Dortmund für
Schwerhörige, Ertaubte und Guthörende
(Gruppe des DSB OV Dortmund)

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Gehörlosen-Eltern-Kind-Gruppe
(auch Hörbehinderte)

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

15. Behinderung – Sehen

Blinden- und Sehbehindertenverein
Westfalen e. V., Bezirksgruppe Dortmund
(BSVDo)

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Mehr Informationen zu Gruppenaktivitäten:
www.bsvdo.de

Taubblind Activ Dortmund

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Selbsthilfegruppe
Glaukom Dortmund (Grüner Star)
für Betroffene, Angehörige, Interessierte

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Mehr zum Thema Glaukom:
www.bundesverband-glaukom.de und
www.glaukom-forum.net

16. Behinderung – Sprechen/Schreiben

Stotterer-Selbsthilfe Dortmund

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

www.stottern-dortmund.de

Im Aufbau
Selbsthilfegruppe für Eltern von Kindern mit
Legasthenie (Grundschule und
weiterführende Schule)

Mehr Informationen bei der [Selbsthilfe-
Kontaktstelle](#).

18. Psychische Erkrankungen

Im Aufbau
**Angehörige Psychose-Erkrankter in
Obdachlosigkeit**

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

„Wir sind Viele“ -
Depression und **Essstörung**

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Leben mit **komplexen Traumatisierungen**
durch das **Elternhaus**

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

LEBEN... ohne **Angst** und **Panik** (auch
Burnout)
Selbsthilfegruppe für Menschen ab
30 Jahren

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

<u>Im Aufbau:</u> Selbsthilfegruppe für Menschen mit Ängsten & Panikattacken	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz
SOPHA – Selbsthilfe für Menschen mit sozialen Ängsten	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz Mehr Informationen auf der Gruppen-Homepage
Expositions-Gruppe bei Angststörungen	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz
Expositionsgruppe Soziale Ängste	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz
Selbsthilfegruppe Verlust (Verlusterfahrungen, Verlustängste, Angst, Depression)	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz
„Aufwind“ – Selbsthilfegruppe für Menschen mit Depressionen	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz und auf der Seite: http://aufwind.bplaced.net/
Selbsthilfegruppe Depressionen und Ängste	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz
Selbsthilfegruppe Depression U40	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz
Selbsthilfegruppe gegen Depression „Achterbahn“	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz
SHG TK Hombruch (ehemalige Patient*innen der Tagesklinik in Hombruch/ Depressionen)	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz
Offener Gesprächskreis für Angehörige und Betroffene - Depressionen	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz
Selbsthilfegruppe Depressionen Hombruch	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz
Lalesultan – Selbsthilfegruppe für depressive Frauen (türkisch sprachig)	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz

Selbsthilfegruppe Bipolar für Betroffene und Angehörige von Betroffenen	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz
Eltern junger Erwachsener mit Depression/Bipolarer Störung	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz
Selbsthilfegruppe für Frauen mit komplexer PTBS	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz
DBT-Selbsthilfegruppe Marien Hospital Dortmund (Bordeline, DBT, psychische Erkrankung)	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz
Selbsthilfegruppe Trauma und Dissoziation	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz
Psychose -Gesprächskreis für Psychiatrie- Erfahrene	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz
Selbsthilfegruppe Messies	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz
Gesprächsgruppe für Studierende mit einer psychischen Erkrankung (TU Dortmund)	Mehr Informationen hier
Erwachsene Kinder von Menschen mit narzisstischen Persönlichkeitsstörungen (NPS) „Narzisstenkinder“	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz
Nujin - „neu Leben“	Bewältigung psychischer Probleme durch Gewalterfahrungen im Heimatland und Flucht. Mehr Informationen im Selbsthilfenetz
<u>Im Aufbau</u> Körper im Fokus Körperbezogene, repetitive Verhaltensstörungen	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz
<u>Im Aufbau</u> Leuchtturmstimme Selbsthilfegruppe Dissoziation mit ausgeprägtem Anteilserleben	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz

Im Aufbau
Selbsthilfegruppe für **Zwangserkrankte**

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

19. Psychosoziales / Lebenskrise

Lebensqualität an der Seite eines **psychisch kranken Partners**

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Im Aufbau
Selbsthilfegruppe für Eltern mit psychisch kranken Partner*innen

Mehr Informationen bei der [Selbsthilfe-Kontaktstelle](#).

Kriegsenkel Dortmund –psychosomatische Folgen

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)
www.kriegsenkel-dortmund.de

Selbsthilfegruppe
für Mütter und Väter mit psychischen Belastungen

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Selbsthilfegruppe **Alleinerziehende** mit **psychischen Belastungen**

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Selbsthilfegruppe
Verlassene Eltern - psychische Belastungen
(auch offen für Großeltern)

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Selbsthilfegruppe **Trauergruppe** für Frauen mit und ohne Migrationshintergrund

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Selbsthilfegruppe **Verwaiste Eltern**

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Familien am Limit –
Pubertät in diesen Zeiten

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

GROW – Group for **Resilience, Optimism and Wellness**

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

20. Sucht – Essstörungen

OA, Overeaters Anonymous,
Selbsthilfegruppe für Menschen mit
Essstörungen
(alle Formen der Essstörungen)
Gruppe Dienstag

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Mehr Informationen zu OA:
www.overeatersanonymous.de

OA, Overeaters Anonymous,
Selbsthilfegruppe für Menschen mit
Essstörungen
(alle Formen der Essstörungen)
Gruppe Donnerstag

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Mehr Informationen zu OA:
www.overeatersanonymous.de

Adipositas Selbsthilfegruppe Dortmund
- für extrem übergewichtige Menschen

Mehr Informationen auch im [Selbsthilfenetz](#)

Adipositas-Selbsthilfegruppen am Johannes-
Hospital
– für Neuinteressierte an Magen-Operation /
kurz vor der OP bzw. Operierte

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Dicke in Action
Für übergewichtige Menschen
ab 50 Jahren

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

„Wir sind Viele“ -
Depression und Essstörung

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Pflege-Selbsthilfegruppe für
Angehörige von Menschen mit
einer **Essstörung wie Anorexie**

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

21. Sucht – Substanzen

Powròt - Polnisch sprachige Selbsthilfegruppe
für **Alkoholabhängige und deren Angehörige**

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

AI-Anon Familiengruppen
Interessengemeinschaft e.V.
(Selbsthilfegruppen für **Angehörige** und
Freunde von **Alkoholikern**)

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Mehr zu AI-Anon: www.ai-anon.de

<p>Anonyme Alkoholiker</p>	<p>Mehr Informationen im Selbsthilfenetz</p> <p>Homepage deutschlandweit: www.anonyme-alkoholiker.de/</p>
<p>Freundeskreis Suchtkrankenhilfe e.V. Dortmund (Alkohol - Betroffene und Angehörige)</p>	<p>Erstkontaktgruppen:</p> <p><u>Dortmund-Nord</u>: montags <u>Dortmund-Wambel</u>: donnerstags</p> <p>Mehr Informationen im Selbsthilfenetz</p>
<p>Kreuzbund Selbsthilfe- und Helfergemeinschaft für Suchtkranke und Angehörige</p>	<p>Zahlreiche Gruppentreffen in der Innenstadt und in den Vororten von Dortmund – einige sind nachstehend aufgelistet.</p> <p>Neben den wöchentlichen Gruppen für Betroffene und Angehörige gibt es noch monatliche Gesprächskreise ausschließlich für Angehörige, Kinder- und Jugendliche, Senioren, Singles, Männer, Frauen (teilweise auch untenstehend)</p> <p>Übersicht ALLER Gruppen finden auf https://kreuzbund-dortmund.de</p>
<p>Kreuzbund Frauengruppe</p>	<p>Mehr Informationen im Selbsthilfenetz</p>
<p>Kreuzbund Gruppe Smily Kids</p>	<p>Mehr Informationen im Selbsthilfenetz</p>
<p>Kreuzbund Angehörigen-Gesprächskreis Dortmund Barop</p>	<p>Mehr Informationen im Selbsthilfenetz</p>
<p>Kreuzbund Angehörigen Gesprächskreis Dortmund II</p>	<p>Mehr Informationen im Selbsthilfenetz</p>
<p>SHALK Dortmund Suchtselbsthilfegruppe für homo- und bisexuelle Frauen und Männer (Betroffene und Angehörige)</p>	<p>Mehr Informationen im Selbsthilfenetz</p> <p>Mehr zum Verein SHALK NRW e.V.: www.shalk.de</p>

Return Suchtselbsthilfe e. V.	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz Treffen in unterschiedlichen Stadtteilen www.return-s.de
Sober Suchtselbsthilfe	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz Treffen in unterschiedlichen Stadtteilen www.sobercom.de
Narcotics Anonymous (NA) Gebiet West (stoffgebundene Sucht)	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz Mehr zu NA: www.na-west.de
Angehörigenkreis Drogen konsumierender Menschen	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz
Erwachsene Kinder von suchtkranken Eltern (EKS)	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz Mehr zu EKS: www.eksev.org
22. Sucht – Verhalten	
SLAA - Sex and Love Addicts Anonymous Anonyme Sex-/ Liebesabhängige	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz Mehr zu SLAA: www.slaa.de
Selbsthilfegruppe Glücksspiel	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz
23. Partnerschaft / Familie / Eltern	
Selbsthilfegruppe „ Lebensqualität an der Seite eines psychisch kranken Partners “	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz
Deutsche Gesellschaft für das hochbegabte Kind e.V., Gesprächskreis Dortmund	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz Mehr Informationen: www.dghk.de/rhein-ruhr unter ‚Lokalgruppen‘
„ uPS “ - Unabhängige Pflegeeltern Selbsthilfegruppe FASD Dortmund	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz

PADO - Verein der **Pflege- und Adoptiv-Familien** Dortmund e. V.

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Mehr zum Verein: www.pado-verein.de

Selbsthilfegruppe
**Verlassene Eltern -
psychische Belastungen**
(auch offen für Großeltern)

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Väteraufbruch für Kinder
(auch für Mütter, Groß-/Stief-Eltern)

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Wechselnde Selbsthilfegruppen-Themen im
Mütterzentrum / Mehrgenerationenhaus

Treffen im Mütterzentrum, DO-Dorstfeld,

Mehr Informationen: www.muetterzentrum-dortmund.de

24. Trennung, Einsamkeit, Gemeinschaft

Positive Wege nach der **Trennung**

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Einsamkeit ab 55 Jahren
Hoffnung für alle

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

25. Senioren

Zwischen Arbeit und Ruhestand **ZWAR**
Netzwerkgruppen

Treffen der unterschiedlichsten Gruppen im
Stadtgebiet Dortmund

Mehr Informationen auf [ZWAR e.V.](#)

Kulturlokomotive Dorstfeld

monatliche Treffen, Eugen-Krautscheid-Haus

Gesprächsgruppen **Mäuse für Ältere e.V.** –
Arbeiten neben der Rente

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

26. Frauen- / Männer-Gruppen

Lalesultan – Selbsthilfegruppe für **depressive
türkische Frauen**
(türkisch sprachig)

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

M.U.T. – **Männer** und Taten

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Frauentreff Lyra

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Women of Hope
Frauentreff

Mehr Informationen unter [Train of Hope](#)

27. **Lesben, Schwule, Bi*, Trans*, Polyamore**

SHALK Dortmund
Suchtselbsthilfegruppe für homo- und
bisexuelle Frauen und Männer
(Betroffene und Angehörige)

Eintrag unter 21. Sucht/Substanzen
Mehr zum Verein SHALK NRW e.V.:
www.shalk.de

Queerless
offener Treff für **Lesben ab 45**

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Gay & Grey – Gruppe für **ältere
Schwule**

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Schwule Väter Dortmund (SVDO)

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)
www.svdo.de

Bündnis der **Eltern, Freunde und
Angehörigen** von **Homosexuellen** (BEFAH)

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)
und unter www.befah-dortmund.de

Polyamorie Treff

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

28. **(Sexuelle) Gewalt**

Im Aufbau
Betroffene von **sexueller Gewalt**

Mehr Informationen bei der [Selbsthilfe-
Kontaktstelle](#) und im [Selbsthilfenetz](#)

Im Aufbau
Stalking

Mehr Informationen bei der [Selbsthilfe-
Kontaktstelle](#).

29. Besondere soziale Situation

Arbeiterkind – Für alle, die als Erste in ihrer Familie studieren

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](http://www.selbsthilfenetz.de) www.arbeiterkind.de/

30. Internationales

Dortmunder
Migrantenselbstorganisationen

Eine Übersicht über die Vielzahl von Migrantenselbstorganisationen, in denen Selbsthilfegruppen aktiv sind, gibt es zurzeit nicht. Weiterführende Informationen über:

Stadt Dortmund - MIA-DO- Kommunales Integrationszentrum Dortmund- [mehr lesen](#)

VMDO – Verbund der sozial-kulturellen Migrantenvereine in Dortmund e.V. [mehr lesen](#)

AfriDo – Netzwerk der Afrikaner in Dortmund [mehr lesen](#)

Selbsthilfegruppen und Arbeitskreise beim Train of Hope

Es bestehen Arbeitskreise und Selbsthilfegruppen zu verschiedenen Themen für Menschen mit Fluchthintergrund beim [Train of Hope](#).

31. Gesellschaft, Umwelt, Kultur, Gesundheit

Zurzeit ist der Selbsthilfe-Kontaktstelle keine Selbsthilfegruppe aus diesem Themenbereich in Dortmund bekannt.

32. Verbraucher*innen- / Patient*innen-Rechte

Zurzeit ist der Selbsthilfe-Kontaktstelle keine Selbsthilfegruppe aus diesem Themenbereich in Dortmund bekannt.
