

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](#).
8. Hinweis auf **Barrierefreiheit**: Das Dokument ist nicht barrierefrei. Es wird aktuell an einer barrierefreien Version gearbeitet. In der Zwischenzeit wenden Sie sich bei Bedarf bitte an die Selbsthilfe-Kontaktstelle.

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	11
11. Infektionskrankheiten.....	11
12. Andere Erkrankungen.....	11
13. Behinderung	11
14. Behinderung – Hören	13
15. Behinderung – Sehen	13
16. Behinderung – Sprechen/Schreiben.....	14
18. Psychische Erkrankungen	14
19. Psychosoziales / Lebenskrise.....	16
20. Sucht – Essstörungen.....	17
21. Sucht – Substanzen.....	18
22. Sucht – Verhalten	20
23. Partnerschaft / Familie / Eltern	20
24. Trennung, Einsamkeit, Gemeinschaft.....	21
25. Senioren	21
26. Frauen- / Männer-Gruppen.....	21
27. Lesben, Schwule, Bi*, Trans*, Polyamore	22
28. (Sexuelle) Gewalt	22
29. Besondere soziale Situation	22
30. Internationales	23
31. Gesellschaft, Umwelt, Kultur, Gesundheit	23
32. Verbraucher*innen- / Patient*innen-Rechte.....	23

Stichwort-Verzeichnis

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

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

E	
Endometriose	Rubrik 12
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
Herzkrankte, Kinder	Rubrik 2
Hirn-Aneurysma	Rubrik 5
HIV, hier: - Frauen - Freizeit - Frühstück - junge Menschen	Rubrik 9
Hochbegabung, Kinder	Rubrik 23
Hochsensibilität	Rubrik 12
Hörbehinderung	Rubrik 14
Homosexualität, auch: - Angehörige	Rubrik 27

- Väter/Ehemänner	Rubrik 21
- Suchtkranke	
Hypophysen-Erkrankungen	Rubrik 7
I	
Internationales	Rubrik 30
K	
Kinderwunsch	Rubrik 23
Krebs, auch: - Junge Patienten	Rubrik 3 Rubrik 3
Kriegsenkel	Rubrik 19
L	
Lebensqualität im Alltag	Rubrik 31
Legasthenie, hier: - Eltern	Rubrik 16
Lesben, auch: - suchtkranke	Rubrik 27 Rubrik 21
Leukämie, Kinder	Rubrik 3
Lungenkrebs	Rubrik 3
Lungenkrankheiten	Rubrik 12
Lupus erythematoses	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
Mütter	Rubrik 23
Myotonie	Rubrik 6
N	
Narzisstenkinder, Erwachsene	Rubrik 18
Nebennierenerkrankung	Rubrik 7

O	
Organtransplantierte	Rubrik 12
P	
Panik, auch: - Berufstätige 30-55 Jahre	Rubrik 18
Parkinson	Rubrik 4
Partnerschaft	Rubrik 13
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
Prostatakrebs	Rubrik 3
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

Seltene genetische Krankheiten	Rubrik 12
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

Prostatakrebs

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

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/dortmund-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.lebenslaeufe-dortmund.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](#)

Im Aufbau:

Selbsthilfegruppe für Menschen mit **Epilepsie**

Mehr Infos im [Selbsthilfenetz](#)

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 erythematoses** 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](#)

Im Aufbau
Junge Menschen mit **HIV**

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

Lungenkrankheiten e.V.

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Seltene genetische Krankheiten - Sputnik - Hybrid (Online + Präsenz)

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Menschen mit Hochsensibilität ab 50

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

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

Gruppe im Aufbau:
Endometriose

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#).

13. Behinderung

Autismus:
Elterntreff im ATZ

[Elterntreff Autismus Dortmund](#)

Beziehung mit Autismus –
Austausch für Partner*innen

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Im Aufbau

Eltern von **neurodiversen Kindern** (online)

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

Leona – Familienselbsthilfe bei seltenen **Chromosomenveränderungen** e.V.

Treffen erfragen bei regionaler Ansprechpersonen
Mehr Informationen. 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 Hybrid
Russischsprachige 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

Stotter-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

„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](#)

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
Depression – Ehemalige Patienten aus Lütgendortmund	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 (Borderline, DBT, psychische Erkrankung)	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz
Selbsthilfegruppe Trauma und Dissoziation	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz

Psychose -Gesprächskreis für Psychiatrie-Erfarene	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz
Selbsthilfegruppe Messies	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz
<u>Im Aufbau</u> Messies in Aktion	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
<u>Im Aufbau</u> Selbsthilfegruppe Opfer von Narzissten	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz
Selbsthilfegruppe für Frauen in oder aus narzisstischen Partnerschaften	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
Leuchtturmstimme - Selbsthilfegruppe Dissoziation mit ausgeprägtem Anteilserleben	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz
OCD - Selbsthilfegruppe für Zwangserkrankte	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz
19. Psychosoziales / Lebenskrise	
Lebensqualität an der Seite eines psychisch kranken Partners	Mehr Informationen im Selbsthilfenetz

<p><u>Im Aufbau</u> Selbsthilfegruppe für Eltern mit psychisch kranken Partner*innen</p>	<p>Mehr Informationen bei der Selbsthilfe-Kontaktstelle.</p>
<p>Kriegsenkel Dortmund –psychosomatische Folgen</p>	<p>Mehr Informationen im Selbsthilfenetz www.kriegsenkel-dortmund.de</p>
<p>Selbsthilfegruppe für Mütter und Väter mit psychischen Belastungen</p>	<p>Mehr Informationen im Selbsthilfenetz</p>
<p>Selbsthilfegruppe Alleinerziehende mit psychischen Belastungen</p>	<p>Mehr Informationen im Selbsthilfenetz</p>
<p>Selbsthilfegruppe Verlassene Eltern und Großeltern</p>	<p>Mehr Informationen im Selbsthilfenetz.</p>
<p>Selbsthilfegruppe Trauergruppe für Frauen mit und ohne Migrationshintergrund</p>	<p>Mehr Informationen im Selbsthilfenetz</p>
<p>Selbsthilfegruppe Verwaiste Eltern</p>	<p>Mehr Informationen im Selbsthilfenetz</p>
<p>Familien am Limit – Pubertät in diesen Zeiten</p>	<p>Mehr Informationen im Selbsthilfenetz</p>
<p>GROW – Group for Resilience, Optimism and Wellness</p>	<p>Russischsprachig Mehr Informationen im Selbsthilfenetz</p>
<p>Burnout</p>	<p>Russischsprachig Mehr Informationen im Selbsthilfenetz</p>
<p>20. Sucht – Essstörungen</p>	
<p>OA, Overeaters Anonymous, Selbsthilfegruppe für Menschen mit Essstörungen (alle Formen der Essstörungen) Gruppe Dienstag</p>	<p>Mehr Informationen im Selbsthilfenetz Mehr Informationen zu OA: www.overeatersanonymous.de</p>

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

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

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

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

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Mehr zu Al-Anon: www.al-anon.de

Anonyme **Alkoholiker**

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Homepage deutschlandweit: www.anonyme-alkoholiker.de/

Freundeskreis Suchtkrankenhilfe e.V.
Dortmund
(**Alkohol** - Betroffene und Angehörige)

Erstkontaktgruppen:
Dortmund-Nord: montags
Dortmund-Wambel: donnerstags

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Kreuzbund
Selbsthilfe- und Helfergemeinschaft für
Suchtkranke und Angehörige

Zahlreiche Gruppentreffen in der Innenstadt
und in den Vororten von Dortmund – einige
sind nachstehend aufgelistet.

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)

Übersicht ALLER Gruppen finden auf
<https://kreuzbund-dortmund.de>

Kreuzbund
Frauengruppe

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Kreuzbund
Gruppe Smily **Kids**

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Kreuzbund **Angehörigen**-Gesprächskreis
Dortmund Barop

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Kreuzbund **Angehörigen**
Gesprächskreis Dortmund II

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

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

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Mehr zum Verein SHALK NRW e.V.:
www.shalk.de

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

Im Aufbau:

Mamis (to be) – Selbsthilfegruppe für **Mütter**

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Im Aufbau

Selbsthilfegruppe

Warteschleife –

Leben in der Kinderwunschzeit

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

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‘

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

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

Mehr zum Verein: www.pado-verein.de

Selbsthilfegruppe
Verlassene Eltern und 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](#)

Im Aufbau
Selbstbewusstsein stärken-
Gemeinsam aktiv werden

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

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

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](#)

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](#)
www.arbeiterkind.de/

Im Aufbau
Obdachlosigkeit – Gruppe für Angehörige

Mehr Informationen im [Selbsthilfenetz](#)

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 Migrant*innenvereine 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.
