

Selbsthilfegruppen im Kreis Steinfurt



Selbsthilfe mobilisiert eigene Kräfte

Selbsthilfegruppen entstehen, weil Menschen aus eigener Kraft und zusammen mit anderen ihre Lebenssituation verbessern wollen. Immer mehr Menschen nutzen die Möglichkeit, sich bei gesundheitlichen, seelischen und sozialen Belastungen gegenseitig zu unterstützen. Es gibt zahlreiche Selbsthilfegruppen zu den unterschiedlichsten Anliegen, z.B.:

- chronische Erkrankungen
- Behinderungen
- Suchterkrankungen
- Pflegebedürftigkeit
- psychische oder soziale Probleme
- Familie und Partnerschaft
- Leben im Alter
- Arbeitslosigkeit

DIE SELBSTHILFE-KONTAKTSTELLE

- **informiert** über Selbsthilfe und Selbsthilfegruppen
- **vermittelt** in bestehende Gruppen
- **verweist** auf professionelle Hilfeangebote
- **ist behilflich** bei der Gründung einer Selbsthilfegruppe
- **unterstützt** und berät Selbsthilfegruppen, z.B. bei der Öffentlichkeitsarbeit und organisatorischen Fragen oder Gruppenkonflikten
- **fördert** den Erfahrungsaustausch der Selbsthilfegruppen untereinander
- **kooperiert** mit Fachleuten aus dem Gesundheits- und Sozialbereich
- **organisiert** Veranstaltungen und Fortbildungen
- **wirbt** für die Selbsthilfe in der Öffentlichkeit und tritt ein für die Selbsthilfegruppen

Bei Fragen rund um die Selbsthilfe oder Interesse an einer Gruppe

Netzwerk Selbsthilfe und Ehrenamt

Rudolf-Diesel-Straße 5
48282 Emsdetten

☎ 02572/ 960 16 84

✉ netzwerk-steinfurt@paritaet-nrw.org

🌐 netzwerkselfhilfeundehrenamt.de

📘 @selbsthilfe.kreis.steinfurt

Selbsthilfegruppen/Themen im Kreis Steinfurt

Altenberge

- Borderline, Depression

Borghorst

- Sucht und Depression
- Toxische Beziehungen

Emsdetten

- Adipositas
- Angehörige Depressionserkrankter
- Angehörige Demenzerkrankter
- Aneurysma
- Behinderungen (geistig/körperlich)
- Depression
- Hirngeschädigte/-verletzte
- Hörbehinderung
- Kinderrheuma
- Krebserkrankungen
- Mobbing
- Morbus Bechterew
- Psychische Erkrankungen
- Schlaganfall
- Soziale Ängste
- Sucht (Alkohol und Medikamente)
- Sucht (Angehörige)
- Trauer
- Trauma / PTBS
- Umwelterkrankungen
- Verlassene Eltern

Greven

- Geistige Behinderung
- Glaukom
- Hochsensibilität
- Multiple Sklerose
- Pflegende Angehörige
- Soziale Phobie
- Sarkoidose
- Trauer

Horstmar

- Trennung

Hörstel

- Asthma
- Depressionen

Ibbenbüren

- Adipositas
- Ängste
- Aphasie
- Blindheit / Sehbehinderung
- Brustkrebs
- Colitis ulcerosa, Reizdarm
- Depression
- Diabetes
- Elektro-Rollstuhl-Fahrer/-innen
- Erwachsene mit AD(H)S
- Junger Kreuzbund
- Kinder von Borderline Erkrankten
- Krebs (Angehörige)
- Morbus Crohn
- Multiple Sklerose
- Parkinsonerkrankte und Angehörige
- Polytox

- Rheuma
- Rollstuhlfahrer/-innen
- Sucht (Alkohol/Medikamente)
- Trauer
- Verlassene Eltern
- Witwen, Witwer (jung)

Laer

- Depression

Ladbergen

- Alpha 1-Antitrypsinmangel

Lengerich

- ADHS Elterngruppe
- Adipositas
- Brustkrebs
- Depressionen
- Psychische Erkrankungen
- Krebs
- Multiple Sklerose
- Polytox
- PTBS
- Schlaganfall
- Sucht (Betroffene und Angehörige)
- Verwaiste Eltern

Lienen

- Einsamkeit

Metelen

- Sucht

Mettingen

- Multiple Sklerose
- Vitiligo (Weißfleckenkrankheit)

Neuenkirchen

- Depression
- Krebs
- Multiple Sklerose

Ochtrup

- Eltern von Kindern mit Behinderungen
- Colitis ulcerosa
- Morbus Crohn
- Pflegende Angehörige
- Spielsucht (Betroffene und Angehörige)
- Sucht (Alkohol/Medikamente)
- Tinnitus
- Trauer

Rheine

- Aphasie
- Aufmerksamkeits-Defizit-Syndrom AD(H)S
- Bipolare Störungen (manisch-depressiv)
- Blindheit
- Chronische Schmerzen
- Seltene, chronische Erkrankungen
- Darmkrebs/Stoma/Ilco
- Depression
- Eltern Drogengefährdeter und -abhängiger

- Fibromyalgie
- Gewalterfahrung (Frauengruppe)
- Hashimoto
- Hochsensibilität
- Kehlkopf-Operierte
- Körperbehinderung
- Krebs
- Lympherkkrankungen
- Mobbing
- Morbus Bechterew
- Multiple Sklerose (MS)
- Parkinsonerkrankte und Angehörige
- Prostata
- Rheuma
- Sehbehinderung
- Spinobulbäre Muskelerkrankungen
- Sucht (Alkohol/Medikamente)
- Sucht (Angehörige)
- Sucht (Drogen)
- Schlaganfall
- Trennung
- Trauer
- Zwangserkrankungen

Saerbeck

- Depression
- FAS Fetales Alkohol Syndrom
- Pflegende Angehörige
- Sucht

Steinfurt

- Alkoholsucht Angehörige
- Ängste
- Demenz
- Diabetes Typ 1
- Emotionale Gesundheit
- Essstörungen
- Familiärer Missbrauch in Kindheit und Jugend
- Parkinsonerkrankte und Angehörige
- Sucht (Alkohol/Medikamente)
- Sucht (Angehörige)
- Verwaiste Eltern

Westerkappeln

- Angehörige von Menschen mit Behinderung
- Schlaganfall

Wettringen

- Clusterkopfschmerze
- Kinder mit besonderen Bedürfnissen

Online

- Long Covid