

Angst, Panik, Depression und Zwang

Selbsthilfegruppe für Menschen mit Angst- und Panikstörungen

Selbsthilfe-Kontaktstelle | Tel.: 0521 96 406 96
selbsthilfe-bielefeld@paritaet-nrw.org

Soziale Phobie – geplanter Neustart September 2023

Selbsthilfe-Kontaktstelle | Tel.: 0521 96 406 96
selbsthilfe-bielefeld@paritaet-nrw.org

Depressionen Selbsthilfe Bielefeld OWL

hope.against.depressions@gmail.com

Miteinander gegen Depressionen und Angst

michaelaluth@web.de

Notjustsad – Selbsthilfegruppe für junge Erwachsene mit Depression

notjustsad-bielefeld@gmx.de
https://notjustsadbielefeld.wordpress.com/
www.facebook.com/JungeSelbsthilfegruppe
Bielefeld/

Selbsthilfegruppe Depression Bielefeld – Mittwochsgruppe

shgbi@yahoo.de

Selbsthilfegruppe Depression aufgrund von Trennung / Scheidung

Selbsthilfe-Kontaktstelle | Tel.: 0521 96 406 96
selbsthilfe-bielefeld@paritaet-nrw.org

Selbsthilfegruppe „Kopfhoch“ für Menschen mit Depression und Ängsten

info@selbsthilfegruppe-kopfhoch.de
www.selbsthilfegruppe-kopfhoch.de

Still alive – Gruppe für junge Menschen mit Depressionen

Selbsthilfe-Kontaktstelle | Tel.: 0521 96 406 96
selbsthilfe-bielefeld@paritaet-nrw.org

Selbsthilfegruppe Zwangserkrankungen

Tel.: 0175 71 59 076
shg.zwang.bielefeld@gmail.com

Trauer

AGUS-Selbsthilfegruppe Bielefeld - Trauer nach Suizid

www.agus-selbsthilfe.de
bielefeld@agus-selbsthilfe.de

Gesprächskreis für Eltern in Trauer – Haus Salem – Gruppe ruht zzt.

Tel.: 0521 144 24 86

Gesprächskreis für Menschen in Trauer – Haus Salem - Gruppe ruht zzt.

Tel.: 0521 144 24 86

Hoffnungsschimmer - für Menschen, die ein*e Partner*in verloren haben

hoffnungsschimmerbielefeld@gmail.com

Trauergruppe von und für junge Erwachsene

Tel.: 0521 55 77 03 703
info@laika-trostaufvierpfoten.de

Weitere Informationen zu begleiteten Trauer- gruppen erhalten Sie über das

Trauernetzwerk Bielefeld
https://trauer-bielefeld.de/

Weitere seelische Belastungen

Erwachsene Kinder aus suchtbelasteten Familien Bielefeld

Selbsthilfe-Kontaktstelle | Tel.: 0521 96 406 96
selbsthilfe-bielefeld@paritaet-nrw.org

Feine Antennen – Selbsthilfegruppe für hochsensible Personen (HSP)

feine.antennen@gmail.com

Frauen im Aufbruch... Selbsthilfegruppe für Frauen in den Wechseljahren

Selbsthilfe-Kontaktstelle | Tel.: 0521 96 406 96
selbsthilfe-bielefeld@paritaet-nrw.org

Glückwärts – Frauen und Männer genesen von sexuellem Missbrauch und Gewalt

Peter | Tel.: 0178 76 17 637

Hoffnung(s)Eltern – unerfüllter Kinderwunsch

hoffnungseltern@web.de

Interessengemeinschaft Hochsensibilität

Selbsthilfe-Kontaktstelle | Tel.: 0521 96 406 96
selbsthilfe-bielefeld@paritaet-nrw.org

Messie-Selbsthilfegruppe Bielefeld / OWL

messie-shg@gmx.de

Overeaters Anonymous (OA)

bielefeld@oa-deutschland.de
www.overeatersanonymous.de

Selbsthilfegruppe für Menschen mit Psychiatrie-Erfahrung

VPE e.V. | Tel.: 0521 38 45 10 10
info@vpe-bielefeld.de | www.vpe-bielefeld.de

Selbsthilfegruppe zu sexualisierter Gewalt

Wildwasser Bielefeld e.V. | Tel.: 0521 17 56 76
info@wildwasser-bielefeld.de
www.wildwasser-bielefeld.de

Stammtisch erwachsener Geschwister von Menschen mit Behinderungen und chroni- schen Erkrankungen

bielefeld@erwachsene-geschwister.de
https://erwachsene-geschwister.de

Türkisch-sprachige Selbsthilfegruppe für Frauen mit psychischer Belastung | Psikolojik sorunları olan bayanlar için türkçe yard

fzz_selbsthilfegruppe@hotmail.com

Verschickungskinder OWL

Jutta Redecker | Tel.: 0152 08 56 24 01
jutta.redecker@akv-nrw.de
www.kinderverschickungen-nrw.de

Verein Psychiatrie-Erfahrener Bielefeld e.V.

Tel.: 0521 38 45 10 10
info@vpe-bielefeld.de | www.vpe-bielefeld.de

Wendepunkt – Selbsthilfegruppe für Menschen mit psychischen, körperlichen und seelischen Gewalterfahrungen

Selbsthilfe-Kontaktstelle | Tel.: 0521 96 406 96
selbsthilfe-bielefeld@paritaet-nrw.org

Angehörigengruppen

„Schweres Erbe“ Gesprächskreis für erwachsene Kinder psychisch kranker Eltern
schweres.erbe@posteo.de

Selbsthilfegruppe für Angehörige von Menschen mit Depressionen in Bielefeld
fluessigesonne@gmx.de

Selbsthilfegruppen für Angehörige psychisch kranker Menschen – Haus Salem
Tel.: 0521 144 24 86

Gruppen in Gründung

Gruppenneugründungen finden kontinuierlich statt. Für aktuelle Informationen wenden Sie sich bitte an die Selbsthilfe-Kontaktstelle.

Weitere Informationen

über Selbsthilfegruppen und Gruppengründungen zu unterschiedlichen Anliegen, z.B.

- Behinderungen,
- chronischen Erkrankungen,
- psychischen Problemen
- Suchterkrankungen,
- Familie und Partnerschaft
- anderen Lebensproblemen

erhalten Sie bei der Selbsthilfe-Kontaktstelle.

SELBSTHILFE NETZ.DE www.selbsthilfenetz.de

NRW-weites Internetportal zu örtlichen Selbsthilfegruppen, landesweiten Selbsthilfeorganisationen u.v.a.m.

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle ist die zentrale Stelle für alle Fragen zur Selbsthilfe und zu speziellen Selbsthilfegruppen.

Sie können sich mit allen Fragen zum Thema Selbsthilfe an uns wenden.

Sie können auch ein persönliches Beratungsgespräch vereinbaren.

Selbstverständlich behandeln wir Ihr Anliegen vertraulich!

Die Angebote der Selbsthilfe-Kontaktstelle sind kostenlos.

KONTAKT

Selbsthilfe-Kontaktstelle Bielefeld

Stapenhorststraße 5 | 33615 Bielefeld

Telefon 0521 96 406 96

Fax 0521 96 406 97

Mail selbsthilfe-bielefeld@paritaet-nrw.org

www.selbsthilfe-bielefeld.de

www.selbsthilfenetz.de

www.facebook.com/paritaet.bielefeld/

Sprechzeiten

Mo. bis Do. 10.00 - 13.00 Uhr

Di. 15.00 - 18.00 Uhr

und nach Vereinbarung



Selbsthilfegruppen

zum Thema

SEELISCHE GESUNDHEIT



Stand: Mai 2023



