



Selbsthilfegruppen in Bielefeld

Selbsthilfe mobilisiert eigene Kräfte und lebt von der Gemeinschaft!

Immer mehr Menschen nutzen die Möglichkeit, sich dabei gesundheitlichen, seelischen und sozialen Belastungen in einer Selbsthilfegruppe gegenseitig zu unterstützen. In Bielefeld gibt es rund 240 Selbsthilfegruppen für Betroffene und Angehörige. Die Themen der Gruppen reichen von A wie Angst bis Z wie Zöliakie

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle Bielefeld unterstützt Interessierte bei der Suche nach einer passenden Gruppe und informiert zu Thema Selbsthilfe.

Bei Fragen rund um die Selbsthilfe oder Interesse an einer
Gruppe:



Stapenhorststraße 5
33615 Bielefeld



0521 96 406 96



selbsthilfe-bielefeld@paritaet-nrw.org



www.selbsthilfe-bielefeld.de





paritaet.bielefeld

Selbsthilfegruppen gibt es aktuell in Bielefeld zu folgenden

Adipositas

ADS / AD(H)S

Aids

Alkoholabhängigkeit *

Alkoholembryopathie *

Alleinerziehende

Alzheimer Krankheit

Angst (Soziale Phobie, Panik)

Anorektale Fehlbildung

Asperger Syndrom *

Aufmerksamkeits-Defizit-Syndrom *

Autismus-Spektrum *

Basedow, Morbus

Bauchspeicheldrüsen
erkrankungen /-entfer-
nungen

Bechterew, Morbus

Behinderungen *

Bi-nationale Familien u.
Partnerschaften

Blasenausgang, künstl.

Blasenkrebs

Blindheit

Brustkrebs

Chronische Erschöpfung

CI-Träger (Cochlea-Im-
plantat)

Darmausgang, künstl.

Darmkrebs

Defibrillatorträger

Depression *

Diabetes

Diabetes Typ 1 *

Dissoziative Persönlich-
keitsstörung

Down-Syndrom *

Drogenabhängigkeit *

Dyskalkulie *

Eierstockentfernung

Eierstockkrebs

Eltern, verlassene

Emotionale Gesundheit

Endometriose

Epilepsie

Erschöpfung, chron.

Erwachsene Kinder
suchtkranker Eltern

Essstörungen

Fehlgeburt

Fibromyalgie

Frauen

Frühgeborene *

Gehörlosigkeit

Gewalt in der Kindheit

Glücksspielsucht

Hashimoto Thyreoiditis

Hepatitis

Herzerkrankungen

Hirnschädigungen *

HIV

Hochbegabte Kinder *

Hochsensibilität

Homosexualität

Hör-Sehgeschädigte

Hörbehinderung *

Hypophysenerkrankung

Inkontinenz

Intergeschlechtlichkeit

Junkies-Exuser-Sub-

stituierte (JES)

Kaufsucht

Kehlkopflose/-operierte
Kontaktabbruch zu den
Eltern

Krebs *

Lebererkrankungen

Lebertransplantation

Legasthenie *

Leukämie

Lichen sclerosus

Lip-Lymphödem

Long Covid

LSBTIQ*

Lymphom

Lungenkrebs

Makuladegeneration

Männer

Medikamentenabhän-
gigkeit

Messies

Migräne

Mukoviszidose *

Multiple Sklerose

Multiples Myelom

Muskelerkrankungen

Nebennierenerkran-

kung

Neuroendokrine Tu-
more

Olinesucht

Ovarektomie

Parkinson, Morbus

Pflegende Angehörige

Phobie

Polyamorie

Prostatakrebs

Psychiatrie-Erfahrene *

Psychisch Kranke *

Restless-Legs-Syn-

drom

Retinitis pigmentosa

Rheuma

Russischspr. Gruppe:

Eltern von Kindern mit
Behinderung*

Sarkoidose

Scheidung

Schlaganfall

Schlaganfall, Kinder *

Schmerzen, chronische

Schwerhörigkeit

Schwule 50+

Schwule Väter / Ehe-
männer

Sehbehinderung

Sexsucht

Sexualisierte Gewalt

Sexueller Missbrauch

Soziale Phobie

Spinalparalyse, spasti-
sche (SSP/HSP)

Stoma

Stottern

Sucht *:

Alkohol, Angehörige,
Beziehung, Medika-
mente, Drogen,
Glücksspiel, Online-,
Kaufen, Sexualität,
Stoffungebunden

Suizid *

Taubblindheit

Transidentität

Transsexualität *

Trauer

Trennung

Türkischspr.Gruppen *:

Frauen mit
Gesundheits-
problemen, Frauen
mit Krebs, Familien
von Kindern mit und
ohne Behinderung,
Pflegende Angehörige

Trauma, ehemalige

Patientinnen

Turner-Syndrom

Umgangs-/ Unterhalts-

recht

Usher-Syndrom

Wechseljahre

Väter

Verschickungskinder

Zwangserkrankung

* und/oder Angehörigen-
bzw. Elterngruppen

Stand: 04.02.2026

Ihr Thema ist nicht dabei?

Kein Problem! Rufen Sie einfach an – wir helfen gerne weiter: bei der Gründung einer neuen Gruppe, beim Finden einer angeleiteten Gruppe oder bei der Suche nach sonstigen Hilfeangeboten in Bielefeld.

www.selbsthilfe-bielefeld.de

www.facebook.com/paritaet.bielefeld.de