

# Selbsthilfegruppen in Mülheim

Von A wie Asperger Syndrom bis Z wie Zwangserkrankungen



**Viele Menschen haben ähnliche Sorgen, Probleme oder die gleiche Krankheit. Häufig fühlen sie sich in dieser Situation allein, unwohl und hilflos. Um das zu ändern gibt es Gruppen, in denen sich regelmäßig Menschen mit ähnlichen Problemen oder der gleichen Krankheit treffen. Auch du kannst teilnehmen, wenn du möchtest!**

## Zu diesen Themen gibt es bereits Selbsthilfegruppen:

AIDS  
Alkoholsucht  
Alzheimer  
Angiodysplasie  
Angst  
Asperger Syndrom  
Autismus  
Behinderung (geistig und körperlich)  
Brustkrebs  
Burn-Out  
Co-Abhängigkeit  
Coming Out  
COPD  
Darmerkrankungen  
Darmkrebs  
Defibrillatoren-Träger\*innen  
Demenz  
Depressionen  
Depressionen - Angehörige von Betroffenen, Kindern u. Jugendlichen  
Diabetes  
Drogenabhängigkeit  
Frauen, die ihre toxischen Partner verlassen haben  
Herzkrankungen  
HIV-positiv  
Homosexualität / Bisexualität  
Hörbehinderung  
Krebs  
Lipödem

Lungenemphysem  
Migräne u. Kopfschmerz  
Multiple Sklerose  
Mütter-Empowerment  
Osteoporose  
Parkinson, Angehörige  
Pflegerische Angehörige  
Prostataerkrankungen  
Prostatakrebs  
Psoriasis  
Psychische Erkrankungen  
Psychische Erkrankungen, Angehörige  
Queer und Flucht-, Migrations- und Zuwanderungsgeschichte  
Rheuma  
Sehbehinderung  
Sexualisierte Gewalt, Frauen  
Spielsucht  
Spina Bifida / Hydrocephalus  
Sternenkinder  
Sucht  
Trauer  
Umgangsrecht nach Trennung  
Verlassene Eltern  
Verschickungskinder, ehem.  
Zwangserkrankungen

## Gruppe in Gründung

- Patchworkfamilien
- Toxische Beziehungen
- Lebensmut nach einem Unfall

## Dein Thema ist nicht dabei?

Kein Problem – wir helfen bei der Gründung einer neuen Gruppe!

Zudem haben wir einen Überblick über angeleitete Gruppen und sonstige Hilfsangebote.

Selbsthilfegruppen in ganz NRW findest du übrigens auch unter [www.selbsthilfenetz.de](http://www.selbsthilfenetz.de)

## Selbsthilfe-Büro Mülheim

Tourainer Ring 4  
Telefon: 0208 300 48 14  
selbsthilfe-muelheim@paritaet-nrw.org

Di, Do 9.30 Uhr – 12.30 Uhr  
Mi 14.00 – 18.00 Uhr