

Selbsthilfegruppen im Rheinisch-Bergischen Kreis



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. Die Erfahrung und das Verständnis von Gleichbetroffenen helfen beim eigenen Bewältigungs-prozess. Zusammen sind alle viel stärker als jeweils allein.

Im Rheinisch-Bergischen Kreis gibt es derzeit Selbsthilfegruppen zu folgenden Themen:

Adipositas

AD(H)S, Eltern von Kindern mit...

AD(H)S, Erwachsene

AIDS

Alkoholismus *

Allergie

Alzheimer und Demenz, Angehörige von ...

Angst/Panikattacken

Aphasie

Asthma

Autismus, Eltern von Kindern mit...

Autismus, Erwachsene

Behinderung/Körperbehinderung *

Behinderte Kinder, Eltern von...

Binge-Eating

Blindheit und Sehbehinderung

Burnout

Chronische Schmerzen

Cochlea Implantat-Träger*innen

Corona, Long/-Post Covid

Darmerkrankung/-Entzündung - Divertikulitis

Demenz und Alzheimer, Angehörige von ...

Depressionen

Down-Syndrom, Eltern von Kindern mit ...

Drogenabhängigkeit, Eltern von Kindern mit ...

Drogenabhängigkeit, ehemals Abhängige

Einsamkeit

Emotionale Gesundheit

Endometriose

Essstörungen (Magersucht, Bulimie, Binge-Eating)

Fibromyalgie

Frauenselbsthilfe Krebs

Gehörlosigkeit

Hörbehinderung *

Hospiz

Kinder mit Trisomie 21, Eltern von ...

Kinder und Jugendliche, trauernde

Kindstod

Körperbehinderung, Erwachsene mit...*

Krebs *

Long/-Post Covid



Mastozytose
Medikamentenabhängigkeit
Migräne (vestibuläre)
Missbrauch, sexueller, Betroffene
Multiple Sklerose

Panik/Angststörungen
Parkinson
Pflegende Angehörige
Prostata-Krebs
Psychische Erkrankungen

Rheuma

Schilddrüsenerkrankungen
Schlaganfall
Schmerzen, chronisch
Seelische Gesundheit
Sehbehinderung
Sexueller Missbrauch
Skoliose
Sucht *

Tinnitus
Trauer
Trauer, Kinder und Jugendliche
Trauer, Männer
Trennung
Trisomie 21, Eltern von Kindern mit ...

Übergewicht

Verwaiste Eltern

Würde

* = Gruppe/n für Betroffene
und/oder Angehörige

Stand Oktober 2025

Kein passendes Thema gefunden?

Warum nicht selbst eine Gruppe gründen?! Wir unterstützen gerne dabei.
Zudem haben wir einen Überblick über angeleitete Gruppen und sonstige Hilfsangebote.
Selbsthilfegruppen in ganz NRW sind übrigens im Internet zu finden unter:
www.selbsthilfenetz.de

Selbsthilfe-Kontaktstelle Rheinisch-Bergischer Kreis
Odenthaler Straße 19, 51465 Bergisch Gladbach
Tel. 02202 93 689 21
selbsthilfe-rbk@paritaet-nrw.org

www.selbsthilfe-rheinisch-bergischer-kreis.de

