

# Selbsthilfegruppen im Kreis Höxter

Von A wie Adipositas bis Z wie Zöliakie



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 das möchtest!

## Zu folgenden Themen gibt es aktuell Selbsthilfegruppen oder Ansprechpersonen:

<b>A</b> Adipositas Alleinerziehende Ängste Angehörige psychisch Kranker Autismus und ADHS	implantiertem Defibrillator u. Angehörige Depressionen	Long Post Covid	Lernschwäche) Sehbehinderungen Seniorenstammtisch (für Menschen mit einer Lernschwäche) Soziale Phobie Sucht
<b>B</b> Barrierefreiheit Besondere Kinder Blindheit Behinderungen Borreliose	<b>E</b> Einsamkeit	<b>M</b> Morbus Crohn MS (Multiple Sklerose)	<b>V</b> Verwaiste Eltern und Geschwister
<b>C</b> COPD Chronische Schmerzen	<b>F</b> Frauen nach Krebs Fibromyalgie	<b>N</b> Neurodivergenz	<b>W</b> Wohlfühlgewicht (für Menschen mit einer Lernschwäche)
<b>D</b> Diabetes Defi, Gruppe für Menschen mit	<b>H</b> Herzerkrankungen Hochsensibilität	<b>P</b> Panik0 Parkinson Pflegerische Angehörige	<b>Q</b> Queer
	<b>K</b> Körperbehinderung Krebs	Psychische Erkrankungen (junge Erwachsene)	<b>S</b> Seelische Gesundheit (für Menschen mit einer
	<b>L</b> Lebertransplantationen Lip-/Lymphödem		

Stand: August 2025

## Dein Thema ist nicht dabei ?

Kein Problem – wir helfen gerne bei der Gründung einer neuen Gruppe! Zudem haben wir einen Überblick über angeleitete Gruppen und sonstige Hilfsangebote.

Selbsthilfe-Büro Kreis Höxter, Möllingerstr. 5, 37671 Höxter ☎: 05271 6 94 10 45

Sprechzeiten: Mittwoch 09.00 – 12.00 Uhr, Donnerstag 14.00 – 16.00 Uhr und nach Vereinbarung

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