

## Fortsetzung Angehörigengruppen

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

**Stammtisch erwachsener Geschwister von Menschen mit Behinderungen und chronischen Erkrankungen**  
bielefeld@erwachsene-geschwister.de  
<https://erwachsene-geschwister.de>

## Hinweise

- Gruppenneugründungen finden kontinuierlich statt.
- Die Angaben zu den Gruppen können sich kurzfristig ändern.

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](http://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](mailto:selbsthilfe-bielefeld@paritaet-nrw.org)  
[www.selbsthilfe-bielefeld.de](http://www.selbsthilfe-bielefeld.de)  
[www.selbsthilfenetz.de](http://www.selbsthilfenetz.de)  
[www.facebook.com/paritaet.bielefeld/](https://www.facebook.com/paritaet.bielefeld/)

## Sprechzeiten

Mo. bis Do. 10.00 - 13.00 Uhr  
Di. 15.00 - 18.00 Uhr  
und nach Vereinbarung



allein gelassen  
niedergeschlagen verlassen  
unkonzentriert traurig überfordert  
nicht gesehen innerlich leer und taub  
ohnmächtig

## Selbsthilfegruppen

zum Thema

# SEELISCHE GESUNDHEIT

in Bielefeld

allein gelassen  
niedergeschlagen verlassen  
unkonzentriert traurig überfordert  
nicht gesehen innerlich leer und taub  
ohnmächtig  
depressiv wortlos sprachlos  
atlos mutlos ohne Motivation  
orientierungslos gereizt einsam  
verwirrt ausgebrannt panisch  
ängstlich lebendig

Stand: 17.03.2025



