



Gruppengründungswünsche

Stand: August 2026

Bei der Selbsthilfe-Kontaktstelle Köln haben sich Menschen gemeldet, die zu nachfolgend aufgeführten Themen eine Selbsthilfegruppe gründen möchten. Die Kontaktstelle stellt den Kontakt zu dem* der Gruppengründer*in her oder sammelt Interessierte in einer Warteliste. Bei einer ausreichenden Anzahl von Interessent*innen lädt die Kontaktstelle zu einem Gruppengründungstreffen ein.

Alleinerziehende Mütter mit
toxisch-narzisstischem Ex-Partner

Burnout, Erschöpfung, Überforderung

Depression, Eltern und Angehörige
von Jugendlichen mit Depressionen

Doppeldiagnose: Sucht und psychische
Erkrankung

Erwachsene Kinder sturer kranker Eltern

Frühverrentet und depressiv den Alltag
bewältigen

Kaufsucht

Lungenfibrose

Mediensucht
Misophonie

RBD/REM- Schlafverhaltensstörung

Schlafapnoe
Schmerzen, chronisch

Trauerraum, solidarisch





Selbsthilfe-Kontaktstelle Köln

Marsilstein 4-6

50676 Köln

www.selbsthilfe-koeln.de

Telefonische Beratung

(0221) 95 15 42 - 16

Montag und Donnerstag 9:00- 12:30 Uhr

Mittwoch 14:00-17:30 Uhr