

**Selbsthilfe
Helden**

Selbsthilfekontaktstellen

in NRW

Aachen

Aachener Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe akis der Volkshochschule Aachen
Peterstr. 21-25, 52062 Aachen
Telefon: (0241) 4 90 09
E-Mail: akis@mail.aachen.de
Internet: www.selbsthilfe-staedteregion-aachen.de/

Arnsberg

Selbsthilfe-Kontaktstelle Hochsauerland
Clemens-August-Str. 59821 Arnsberg
Telefon: (02932) 2 01 22 70
E-Mail: selbsthilfe@arnsberg.de
Internet: www.arnsberg.de/selbsthilfe

Bielefeld

Selbsthilfe-Kontaktstelle Bielefeld
Stapenhorststraße 5, 33615 Bielefeld
Telefon: (0521) 9 64 06 96
E-Mail: selbsthilfe-bielefeld@paritaet-nrw.org
Internet: www.selbsthilfe-bielefeld.de

Bochum

Selbsthilfe-Kontaktstelle Bochum
Alsenstraße, 44789 Bochum
Telefon: (0234) 23 99 11 11
E-Mail: selbsthilfe-bochum@paritaet-nrw.org
Internet: www.selbsthilfe-bochum.de
Facebook: @selbsthilfe.bochum

Bonn

Selbsthilfe-Kontaktstelle Bonn
Lotharstraße 95, 53115 Bonn
Telefon: (0228) 94 93 33 17
E-Mail: selbsthilfe-bonn@paritaet-nrw.org
Internet: www.selbsthilfe-bonn.de
Facebook: @selbsthilfe.rhein.sieg

Borken

Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Coesfeld/Kreis Borken
Graf-Friedrich-Straße, 46325 Borken
Telefon: (02861) 6 05 31 00
E-Mail: selbsthilfe-coesfeld-borken@paritaet-nrw.org
Internet: www.selbsthilfe-coesfeld-borken.de

Bottrop

Selbsthilfe-Büro Bottrop
Gerichtsstraße 3, 46236 Bottrop
Telefon: (02041) 2 30 19
E-Mail: selbsthilfe-bottrop@paritaet-nrw.org
Internet: www.selbsthilfe-bottrop.de

Brüggen

BIS e.V., Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe
Klosterstraße 5, 41379 Brüggen
Telefon: (02163) 56 22
E-Mail: info@bis-brueggen.de
Internet: www.bis-brueggen.de

Coesfeld

Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Coesfeld/Kreis Borken
Süringstr., 48653 Coesfeld
Telefon: (02541) 9 26 02 22
E-Mail: selbsthilfe-coesfeld-borken@paritaet-nrw.org
Internet: www.selbsthilfe-coesfeld-borken.de

Detmold

Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Lippe
Bismarckstraße 8, 32756 Detmold
Telefon: (05231) 56 12 60
E-Mail: selbsthilfe-lippe@paritaet-nrw.org
Internet: www.selbsthilfe-lippe.de

Dortmund

Selbsthilfe-Kontaktstelle Dortmund
Ostenhellweg 42-48/Eingang Moritzgasse, 44135 Dortmund
Telefon: (0231) 52 90 97
E-Mail: selbsthilfe-dortmund@paritaet-nrw.org
Internet: www.selbsthilfe-dortmund.de

Duisburg

Selbsthilfe-Kontaktstelle Duisburg
Musfeldstraße 161-163, 47053 Duisburg
Telefon: (0203) 6 09 90 41
E-Mail: selbsthilfe-duisburg@paritaet-nrw.org
Internet: www.selbsthilfe-du.de

Düren

Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Düren
Paradiesbenden, 52349 Düren
Telefon: (02421) 48 92 11
E-Mail: selbsthilfe-dueren@paritaet-nrw.org
Internet: www.selbsthilfe-dueren.de

Düsseldorf

Selbsthilfe-Service-Büro des Gesundheitsamtes der Landeshauptstadt
Erkrather Straße 385, 40231 Düsseldorf
Telefon: (0211) 8 99 22 44
Internet: www.duesseldorf.de/gesundheitsamt

Ennepe-Ruhr-Kreis

Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe, KISS EN-Süd
Kölner Str. 58285 Gevelsberg
Telefon: (02332) 66 40 29
E-Mail: kiss-ensued@en-kreis.de
Internet: www.en-kreis.de

Essen

WIESE e.V., Beratungsstelle für Selbsthilfegruppen und Interessierte
Eulerstr., 45143 Essen
Telefon: (0201) 20 76 76
E-Mail: selbsthilfe@wiesenetz.de
Internet: www.wiesenetz.ruhr
Facebook: @selbsthilfeberatung.essen
Instagram: @wiese.selbsthilfeberatung/

Euskirchen

Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Euskirchen
Eifelring, 53879 Euskirchen
Telefon: (02251) 866 28 08
E-Mail: selbsthilfe-euskirchen@paritaet-nrw.org
Internet: www.selbsthilfe-euskirchen.de

Gelsenkirchen

Selbsthilfe-Kontaktstelle Gelsenkirchen
Dickampstraße, 45879 Gelsenkirchen
Telefon: (0209) 9 13 28 10
E-Mail: selbsthilfe-ge@paritaet-nrw.org
Internet: www.selbsthilfe-ge.de

Gütersloh

BIGS – Bürgerinformation Gesundheit und Selbsthilfekontaktstelle des Kreises Gütersloh
Blissenstätte, 33330 Gütersloh
Telefon: (05241) 85 28 82
E-Mail: bigs@kreis-guetersloh.de
Internet: www.kreis-guetersloh.de

Hagen

Selbsthilfe-Büro Hagen im Paritätischen NRW
Bahnhofstraße 41, 58095 Hagen
Telefon: (02331) 18 15 16
E-Mail: selbsthilfe-hagen@paritaet-nrw.org
Internet: www.selbsthilfe-hagen.de

Hamm

Selbsthilfe-Kontaktstelle Hamm
Bahnhofstraße 4, 59065 Hamm
Telefon: (02381) 1 20 28
E-Mail: selbsthilfe-hamm@paritaet-nrw.org
Internet: www.selbsthilfe-hamm.de

Hattingen

Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe, Hattingen/Sprockhövel
Kirchplatz, 45525 Hattingen
Telefon: (02324) 9 02 50 60
E-Mail: kiss.hattingen@diakonie-mark-ruhr.de
Internet: www.diakonie-mark-ruhr.de/unterstuetzung-und-beratung/kiss/

Heinsberg

Selbsthilfe-u. Freiwilligen-Zentrum im Kreis Heinsberg
Hochstraße, 52525 Heinsberg
Telefon: (02452) 15 67 90
E-Mail: selbsthilfe@sfz-heinsberg.de
Internet: www.sfz-heinsberg.de

Herford

Paritätisches Selbsthilfe-Büro Herford
Werrestr., 32049 Herford
Telefon: (05221) 5 08 57
E-Mail: selbsthilfe-herford@paritaet-nrw.org
Internet: www.selbsthilfe-herford.de

Herne

buez – Selbsthilfe-Netzwerk Herne
Rathausstraße, 44649 Herne
Telefon: (02321) 16 36 36
E-Mail: buez@herne.de
Internet: www.buez-herne.de

Höxter

Selbsthilfe-Büro Kreis Höxter
Möllingerstraße, 37671 Höxter
Telefon: (05271) 694 10 45
E-Mail: selbsthilfe-hoexter@paritaet-nrw.org
Internet: www.selbsthilfe-hoexter.de
Facebook: @paritaet.hoexter

Kleve

Der Paritätische – Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Kleve
Nassauerstraße, 47533 Kleve
Telefon: (02821) 78 00 12
E-Mail: selbsthilfe-kleve@paritaet-nrw.org
Internet: www.selbsthilfe-kreiskleve.de

Köln

Selbsthilfe-Kontaktstelle Köln
Marsilstein, 50676 Köln
Telefon: (0221) 95 15 42 16
E-Mail: selbsthilfe-koeln@paritaet-nrw.org
Internet: www.selbsthilfe-koeln.de

Krefeld

Selbsthilfe-Kontaktstelle Krefeld im Begegnungszentrum Wiedenhof
Mühlenstraße, 47798 Krefeld
Telefon: (02151) 9 61 90 25
E-Mail: selbsthilfe-krefeld@paritaet-nrw.org
Internet: www.selbsthilfe-krefeld.de

Leverkusen

Selbsthilfe-Kontaktstelle Leverkusen Gesundheitshaus
Ludwig-Erhard-Platz 1, 51373 Leverkusen
Telefon: (0214) 50 09 20 47
E-Mail: selbsthilfe-lev@paritaet-nrw.org
Internet: www.selbsthilfe-leverkusen.de

Lüdenscheid

Selbsthilfe-Kontaktstelle Märkischer Kreis
Friedrichstraße 30, 58507 Lüdenscheid
Telefon: (02351) 39 05 26
E-Mail: selbsthilfe-mk@paritaet-nrw.org
Internet: www.selbsthilfe-mk.de

Lünen

Kontakt- u. Informationsstelle für Selbsthilfegruppen – Gesundheitshaus
Roggenmarkt, 44532 Lünen
Telefon: (02306) 10 06 10
E-Mail: selbsthilfe@kreis-unna.de
Internet: www.kreis-unna.de/selbsthilfe

Mettmann

Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Mettmann
Mühlenstraße 15, 40822 Mettmann
Telefon: (02104) 96 56 22
E-Mail: selbsthilfe-mettmann@paritaet-nrw.org
Internet: www.selbsthilfe-mettmann.de

Minden-Lübbecke

Selbsthilfe-Kontaktstelle PariSozial Minden-Lübbecke/Herford
Simeonstraße, 32423 Minden
Telefon: (0571) 8 28 02 17/-24
E-Mail: selbsthilfe-mi-lk@paritaet-nrw.org
Internet: www.selbsthilfe-minden-luebbecke.de

Moers

Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Wesel
Hanns-Albeck-Platz 2, 47441 Moers
Telefon: (02841) 90 00 16
E-Mail: selbsthilfe-wesel@paritaet-nrw.org
Internet: www.selbsthilfe-wesel.de

Mönchengladbach

Selbsthilfe-Kontaktstelle Mönchengladbach
Friedhofstraße 39, 41236 Mönchengladbach
Telefon: (02166) 92 39 30
E-Mail: selbsthilfe-mg@paritaet-nrw.org
Internet: www.selbsthilfe-moenchengladbach.de

Mülheim an der Ruhr

Selbsthilfe-Büro Mülheim an der Ruhr
Tourainer Ring, 45468 Mülheim an der Ruhr
Telefon: (0208) 3 00 48 14
E-Mail: selbsthilfe-muelheim@paritaet-nrw.org
Internet: www.selbsthilfenet.de
Instagram: @selbsthilfe_oberhausenmuelheim

Münster

Selbsthilfe-Kontaktstelle Münster
Dahlweg, 48153 Münster
Telefon: (0251) 60 93 32 30
E-Mail: selbsthilfe-muenster@paritaet-nrw.org
Internet: www.selbsthilfe-muenster.de

Neuss

Selbsthilfe-Büro Neuss
Oberstr. 21, 41460 Neuss
Telefon: (02131) 2 70 98
E-Mail: selbsthilfe-neuss@paritaet-nrw.org
Internet: www.selbsthilfe-rheinkreis-neuss.de

Oberbergischer Kreis

Selbsthilfe-Kontaktstelle Oberbergischer Kreis
La Roche-sur-Yon-Straße, 51643 Gummersbach
Telefon: (02261) 81 68 07
E-Mail: selbsthilfe-obk@paritaet-nrw.de
Internet: www.selbsthilfe-obk.de

Oberhausen

Selbsthilfe-Kontaktstelle Oberhausen – Netzwerk Selbsthilfe
Wörthstraße, 46045 Oberhausen
Telefon: (0208) 3 01 96 20
E-Mail: selbsthilfe-ob@paritaet-nrw.de
Internet: www.selbsthilfe-oberhausen.de

Olpe, Kreis

Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Olpe Deutsches Rotes Kreuz
Löherweg, 57462 Olpe
Telefon: (02761) 26 43
E-Mail: shk@kv-olpe.drk.de
Internet: www.drk-kv-olpe.de/angebote/selbsthilfe/selbsthilfe-kontaktstelle.html

Paderborn, Kreis

Selbsthilfe-Kontaktstelle Paderborn
Bleichstraße, 33102 Paderborn
Telefon: (05251) 8 78 29 60
E-Mail: selbsthilfe-paderborn@paritaet-nrw.org
Internet: www.selbsthilfe-paderborn.de

Recklinghausen, Kreis

Netzwerk Bürgerengagement Freiwilligenzentrum u. Selbsthilfe-Kontaktstelle
Oerweg, 45657 Recklinghausen
Telefon: (02361) 10 97 35
E-Mail: selbsthilfe-re@paritaet-nrw.org
Internet: www.netzwerkbuengerengagement.de

Remscheid

Selbsthilfe-Büro Remscheid
Elberfelder Str., 42853 Remscheid
Telefon: (02191) 29 20 71
E-Mail: selbsthilfe-remscheid@paritaet-nrw.org
Internet: www.selbsthilfe-remscheid.de

Rhein-Erft-Kreis

Selbsthilfe-Büro Rhein-Erft-Kreis
Dr.-Tusch-Str. 1 – 3 / Ecke Franzstr., 50226 Frechen
Telefon: (02234) 9 33 48 81
E-Mail: selbsthilfe-rhein-erft@paritaet-nrw.org
Internet: www.selbsthilfe-rhein-erft.de

Rheinisch-Bergischer Kreis

Selbsthilfe-Kontaktstelle Rheinisch-Bergischer Kreis
Odenthaler Str., 51465 Bergisch-Gladbach
Telefon: (02202) 9 36 89 21
E-Mail: selbsthilfe-rbk@paritaet-nrw.org
Internet: www.selbsthilfe-rheinisch-bergischer-kreis.de

Rhein-Kreis Neuss

Selbsthilfe-Kontaktstelle des Rhein-Kreises Neuss
Auf der Schanze 1, Raum UG 05, 41515 Grevenbroich
Telefon: (02181) 6 01 54 52
E-Mail: selbsthilfe@rhein-kreis-neuss.de
Internet: www.rhein-kreis-neuss.de

Rhein-Sieg-Kreis

Selbsthilfe-Kontaktstelle Rhein-Sieg-Kreis
Landgrafenstraße, 53842 Troisdorf
Telefon: (02241) 94 99 99
E-Mail: selbsthilfe-rhein-sieg@paritaet-nrw.org
Internet: www.selbsthilfe-rhein-sieg.de

Schwerte

Kontakt- u. Informationsstelle für Selbsthilfegruppen – Treffpunkt Gesundheitshaus
Kleppingstraße 4, 58239 Schwerte
Telefon: (02304) 2 40 70 22
E-Mail: selbsthilfe@kreis-unna.de
Internet: www.kreis-unna.de/selbsthilfe

Siegen-Wittgenstein, Kreis

Selbsthilfe-Kontaktstelle der Diakonie in Südwestfalen gGmbH
Sieghütter Hauptweg, 57072 Siegen
Telefon: (0271) 5 00 31 31
E-Mail: selbsthilfe@diakonie-sw.de
Internet: www.beratungsdienste-diakonie.de/selbsthilfekontaktstelle/

Soest, Kreis

KISS für den Kreis Soest im Gesundheitsamt
Hoher Weg, 59494 Soest
Telefon: (02921) 30 21 62
E-Mail: kiss@kreis-soest.de
Internet: www.kreis-soest.de

Solingen

Selbsthilfe-Büro Solingen, Stadt Solingen, Stadtdienst Gesundheit
Walter-Scheel-Platz 3, 42651 Solingen
Telefon: (00212) 2 90 27 29
E-Mail: M.Schrader@solingen.de

Steinfurt, Kreis

Netzwerk Selbsthilfe und Ehrenamt
Rudolf-Diesel-Str., 48282 Emsdetten
Telefon: (02572) 9 60 16 84
E-Mail: netzwerk-steinfurt@paritaet-nrw.org
Internet: www.netzwerkselfhilfeundehrenamt.de
Facebook: @selbsthilfe.kreis.steinfurt

Stolberg

Selbsthilfe-Büro StädteRegion Aachen Gesundheitsamt
Rathausstr. 66, 52222 Stolberg
Telefon: (0241) 5198-5319/5198-5583
E-Mail: selbsthilfebuero@staedteregion-aachen.de
Internet: www.selbsthilfe-staedteregion-aachen.de

Unna, Kreis

Kontakt- u. Informationsstelle für Selbsthilfegruppen – Gesundheitshaus
Massener Straße, 59423 Unna
Telefon: (02303) 27 28 29
E-Mail: selbsthilfe@kreis-unna.de
Internet: www.kreis-unna.de/selbsthilfe

Vierns, Kreis

co. Freundeskreis für Rollstuhlfahrer e.V.
Gladbacher Straße, 41747 Vierns
Telefon: (02162) 3 65 96 88
E-Mail: info@bis-brueggen.de
Internet: www.bis-brueggen.de

Warendorf, Kreis

Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Warendorf
Waterstroate 6, 48231 Warendorf
Telefon: (02581) 4 67 99 88
E-Mail: selbsthilfe-warendorf@paritaet-nrw.org
Internet: www.selbsthilfe-warendorf.de
Facebook: https://selbsthilfe.warendorf/

Wesel

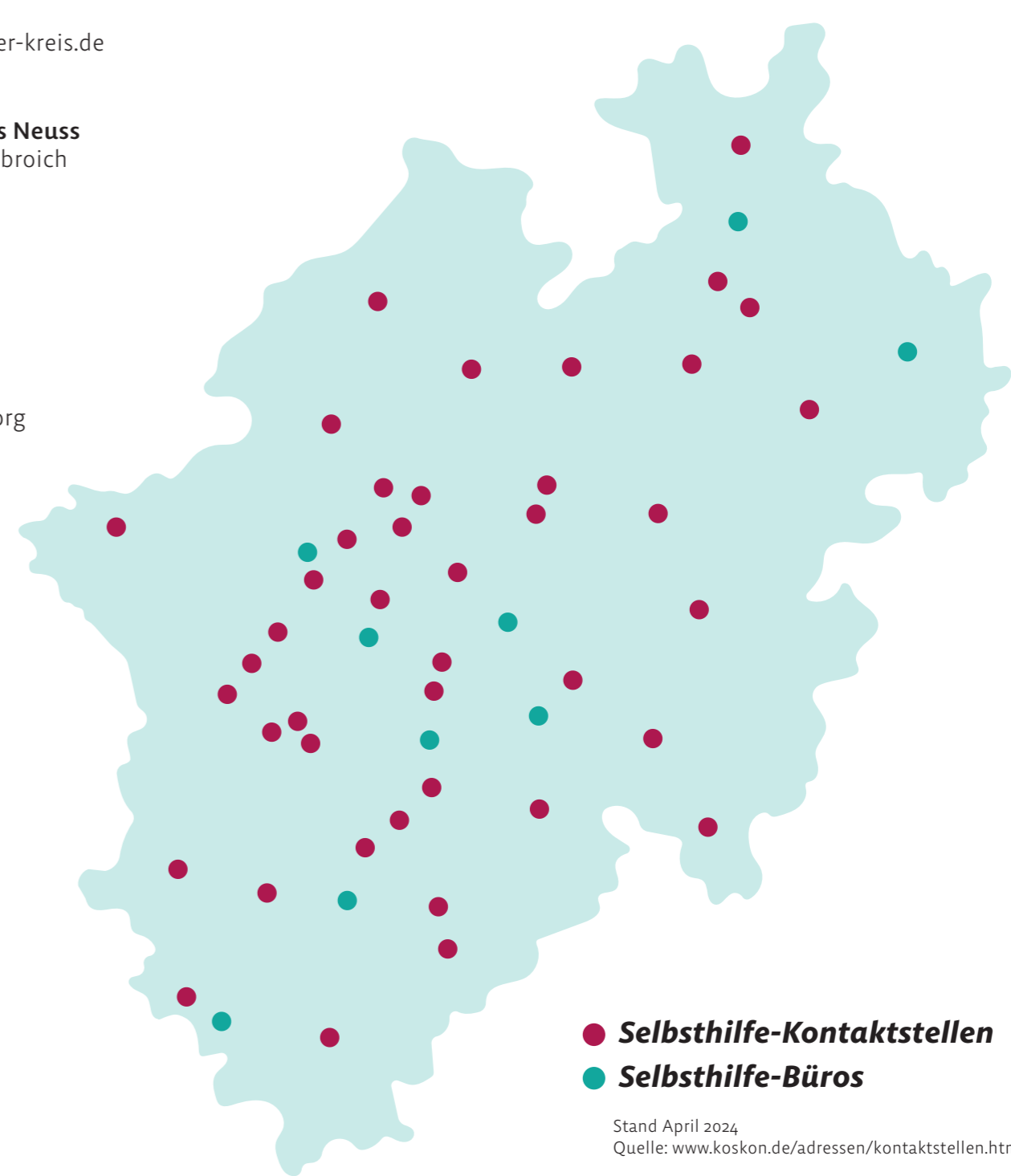
co. EUTB
Viktoriastraße 10, 46483 Wesel
Telefon: (02841) 90 00 16
E-Mail: selbsthilfe-wesel@paritaet-nrw.org

Witten

Selbsthilfe-Kontaktstelle Witten/Wetter/Herdecke
Dortmunder Straße, 58455 Witten
Telefon: (02302) 15 59
E-Mail: selbsthilfe-witten@paritaet-nrw.org
Internet: www.paritaetischer-ennpe-ruhr-kreis.de

Wuppertal

Selbsthilfe-Kontaktstelle Stadt Wuppertal Sozialamt 201.54
Neumarkt 10, 42103 Wuppertal
Telefon: (0202) 5 63 4519
E-Mail: selbsthilfe@stadtwuppertal.de
Internet: www.wuppertal.de/selbsthilfegruppen



LAG SELBSTHILFE NRW e. V.
Neubrückerstraße 12-14
48143 Münster

Mail: selbsthilfehelden@lag-selbsthilfe-nrw.de
Web: junge-selbsthilfe.lag-selbsthilfe-nrw.de
Instagram: @jungeselbsthilfenrw

Unsere Kooperationsheldinnen:
LAG Selbsthilfe

SELBSTHILFEFÖRDERUNG **GKV R**

Junge Selbsthilfe NRW