

**ALBATROS – Selbsthilfegruppe für Menschen mit psychischen Erkrankungen**

Detmold, jd. 1. und 3. Do im Monat 10 – 12 Uhr

**APK – Interessengemeinschaft Angehöriger Psychisch Kranker in Lippe e.V.,**

Detmold, jd 1. Mi im Monat, 19 – 21 Uhr

Tel. 05231/37942, [www.apk-lippe.de](http://www.apk-lippe.de)

**AUFATMEN – Frauengruppe für Angehörige von Menschen mit Persönlichkeitsstörungen**

Detmold, 14tägig Fr, ab 19.30 Uhr

**AUFWIND 1, 2 und 3 - Selbsthilfegruppen für Menschen mit Depressionen und Ängsten**

Bad Salzufen, 2 x im Monat Di, 18 – 20 Uhr

mobil: 0151/14338696

**BURNOUT – Selbsthilfegruppe**

Detmold, jd. 2. u. 4. Mo im Monat, 19 - 20.30 Uhr,

Kontakt über SH-Kontaktstelle (Tel. 05231/561260)

**CoDa – Anonyme Selbsthilfegruppe für Menschen mit Beziehungssucht/Selbstwertproblematik**

Bad Salzufen, jd. Mi 19.30 – 21 Uhr

**EINHORN – Selbsthilfegruppe für Frauen mit Depressionen und Burnout**

Detmold, 14tägig Di, 17 – 19 Uhr

**EMOTIONS – Selbsthilfegruppe für Menschen mit psychischen Erkrankungen**

Detmold, jd. 2. und 4. Mi im Monat, 19 – 21 Uhr,

Tel.05232/6915043

**ESSSTÖRUNGEN – Selbsthilfegruppe für Menschen mit Anorexie/Bulimie**

Detmold, jd. 1. und 3. Mi im Monat, ab 19.30 Uhr

**GFK Gewaltfreie Kommunikation – Übungsgruppe**

Detmold, jd. 4. Do im Monat, ab 19 Uhr

mobil 0163/6308546

**HILFE ZUM WEITERLEBEN e.V.** angeleitete

Gruppen für Menschen mit **Ängsten, Panik, in Krisen**

Detmold, an verschiedenen Wochentagen, Tel.

05231/32984, [www.hilfe-zum-weiterleben.de](http://www.hilfe-zum-weiterleben.de)

**HORIZONT – Selbsthilfegruppe für Menschen mit Ängsten, Burnout, Depressionen, Zwängen**

Blomberg, jd. 3. Di im Monat, 17 – 19 Uhr

mobil 0176/30147391, [rd.kentsch@gmx.de](mailto:rd.kentsch@gmx.de)

**KOLIBRI – Selbsthilfegruppe für Menschen mit Ängsten und Depressionen**

Detmold, jd. 1. u. 3. Do im Monat, 16 – 18 Uhr

**OVEREATERS ANONYMOUS – Selbsthilfegruppe für Menschen mit Essproblemen**

Horn-Bad Meinberg, jd. Mo, 19 – 20.30 Uhr,

**SCHILDKRÖTE I – Selbsthilfegruppe für Menschen mit psychischen Problemen**

Detmold, 14-tägig Di ungerade KW, 18 – 20 Uhr

**SCHILDKRÖTE II – Selbsthilfegruppe für Menschen mit psychischen Problemen**

Detmold, 14-tägig Di gerade KW, 19.15 Uhr

**SCHNEE-EULEN – Selbsthilfegruppe für Menschen mit Ängsten/Depressionen**

Detmold, jd. 2. Mi, 17.30 – 19 Uhr

**SOMMERREGEN – Selbsthilfegruppe für Frauen mit Wochenbettdepressionen**

Detmold, 14tägig Do, 18 – 20 Uhr

**SONNENBLUME – Selbsthilfegruppe für Menschen mit psychischen Erkrankungen**

Detmold, jd. Di 9 – 12 Uhr, Gruppenhandy

0160/94759371, [www.sonnenblume-lippe.de](http://www.sonnenblume-lippe.de)

**SUIZID – Selbsthilfegruppe für Angehörige**

Detmold, Kontakt über Selbsthilfe-Kontaktstelle

(Tel. 05231/561260)

**TREFFPUNKT für jüngere Menschen mit Depressionen und Burnout (18-35 J.)**

Lemgo, jd. Do, ab 18 Uhr

**Selbsthilfegruppe für „Überlebende“ aus Beziehungen mit Menschen mit narzisstischen Persönlichkeitsstörungen**

Kontakt über uns Tel. 05231/561260

**WIRBELWIND – Selbsthilfegruppe für erwachsene Menschen mit AD(H)S**

Detmold, monatlich einmal Fr, ab 18.00 Uhr

**ZWÄNGE – Selbsthilfegruppe für Menschen mit Zwangsstörungen**

Bad Salzufen, jd. 1. u. 3. Do, 19 – 20.30 Uhr