

Solingen



Gesund in  
Solingen

## Selbsthilfegruppen im Gesundheitswesen

Eine Information Ihres Stadtdienstes Gesundheit

# Einleitung

Selbsthilfegruppen sind aus dem heutigen Gesundheitssystem nicht mehr wegzudenken. Sie übernehmen vielfach dort Aufgaben, wo die herkömmliche Versorgung von den Betroffenen als unzureichend empfunden wird.

In der Gruppe geht es jedoch in der Regel nicht um eine alternative Behandlung der Krankheit, sondern um die Bewältigung des Lebens mit der Krankheit. Nicht umsonst haben sich Selbsthilfegruppen gerade im Bereich chronischer Erkrankungen gebildet.

Es gibt aber auch Selbsthilfegruppen, die keine Krankheit zum Thema haben, sondern die Bewältigung anderer schwerwiegender Lebensprobleme. Von der Beschäftigung mit besonderen Belastungen geht hier die Wirkung aus.

## **Für alle Selbsthilfegruppen gilt:**

Das Teilen des gemeinsamen Schicksals ermöglicht den Mitgliedern, besonders Verständnis, wechselseitige Unterstützung und Solidarität zu erleben; durch gemeinsame Betroffenheit werden sie in eigener Sache aktiv.

Aber auch für das professionelle Versorgungssystem und seine Weiterentwicklung haben Selbsthilfegruppen eine Bedeutung.

- Sie haben eine ergänzende Funktion.
- Sie verändern Einstellung und Verhalten, indem sie Schwierigkeiten und Möglichkeiten im täglichen Umgang mit der Krankheit und anderen Lebensproblemen zeigen.

Herausgegeben von:

**Klingensstadt Solingen**

Der Oberbürgermeister

**Gesundheit**





Walter-Scheel-Platz 3, 42651 Solingen

Druck Klingensstadt Solingen, Druckerei

Stand 02/2022

Gedruckt auf nach „Der Blaue Engel“ zertifiziertem Papier.

# Inhaltsverzeichnis

	Chronische Erkrankungen / Behinderungen .....	4
	Psychische Erkrankungen / Probleme .....	16
	Suchterkrankungen .....	21
	Sonstiges .....	25

## Allgemeine Informationen

Wer an weiteren Informationen interessiert ist,  
kann sich an folgende Adressen wenden:

### Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen – NAKOS

Albrecht-Achilles-Straße 65  
10709 Berlin

Fon: 030 891 4019  
Fax: 030 893 4014

### Koskon

#### Koordination für Selbsthilfe in NRW

Friedhofstraße 39  
41236 Mönchengladbach  
E-Mail: [selbsthilfe@koskon.de](mailto:selbsthilfe@koskon.de)  
Web: [www.koskon.de](http://www.koskon.de)

Fon: 02166 248567  
Fax: 02166 249944

### Verzeichnis Selbsthilfegruppen in NRW

[www.selbsthilfenetz.de](http://www.selbsthilfenetz.de)

### Klingenstadt Solingen Selbsthilfekontaktbüro

Walter-Scheel-Platz 3  
42651 Solingen  
E-Mail: [stadtdienst.gesundheit@solingen.de](mailto:stadtdienst.gesundheit@solingen.de)  
Web: [www.solingen.de](http://www.solingen.de)

Fon: 0212 290 - 2729  
Fax: 0212 290 - 74 2729

# Chronische Erkrankungen / Behinderungen

## Adipositas SHG Solingen

Haus der Begegnung (AWO), Café,  
Mercimek-Platz 1, 42651 Solingen

### Gesprächskreis:

jeden 2. und 4. Freitag  
im Monat um 18:00 Uhr

### Kontakt:

Ansprechpartner: Herr Zabelt  
Fon: 0212 224 1417  
E-Mail: [oliver.zabelt@adipositas-solingen.de](mailto:oliver.zabelt@adipositas-solingen.de)  
Web: [www.adipositas-solingen.de](http://www.adipositas-solingen.de)

---

## AIDS-Hilfe Solingen Regenbogen e.V., Kaffeeklatsch für Positive

Aids-Hilfe, Linkgasse 8-10, 42651 Solingen

### Gesprächskreis:

jeden 1. Freitag im Monat,  
13:00 - 15:00 Uhr

### Kontakt:

Ansprechpartner: Herr Schmitz  
E-Mail: [kontakt@aidshilfe-solingen.de](mailto:kontakt@aidshilfe-solingen.de)  
Web: [www.aidshilfe-solingen.de](http://www.aidshilfe-solingen.de)  
Fon: 0212 233 3922  
Fax: 0212 332992



## AVK-Gefäßsportgruppe Solingen

OTV-Halle, Hubertusstraße 12, 42697 Solingen

### Bewegungsangebot:

dienstags 10:00 - 10:45 Uhr

### Kontakt:

Ansprechpartnerin: Frau Pick  
Fon: 0212 247 2480  
E-Mail: [ursulapick@hotmail.com](mailto:ursulapick@hotmail.com)  
Web: [www.deutsche-gefaessliga.de](http://www.deutsche-gefaessliga.de)

---

## Beratung für körper- und sinnesbehinderte Erwachsene

Walter-Scheel-Platz 3, 42651 Solingen

### Kontakt:

Ansprechpartnerin: Frau Janßen-Niesbach  
Fon: 0212 290 - 4371  
E-Mail: [m.janssen-niesbach@solingen.de](mailto:m.janssen-niesbach@solingen.de)

# Chronische Erkrankungen / Behinderungen

## Blinden- und Sehbehindertenverein Solingen e.V.

Café Stadtgeflüster, Hauptstr. 9, 42651 Solingen

**Gesprächskreis:**  
Stammtisch jeden  
2. Mittwoch im Monat  
ab 14:15 Uhr

**Kontakt:**

Fon: 0212 23355277 (AB)  
E-Mail: info@bsv-solingen.de  
Web: www.bsv-solingen.de

---

## Club Behinderter und ihrer Freunde Solingen e.V. (CBF)

Beethovenstraße 238, 42655 Solingen

**Sprechzeiten:**  
Montag bis Donnerstag  
08:00 - 12:00 Uhr  
und 13:00 - 16:00 Uhr,  
Freitag 08:00 - 14:00 Uhr

**Kontakt:**

Fon: 0212 17086  
E-Mail: verwaltung@cbf-solingen.de  
Web: www.cbf-solingen.de

---

## Deutsche ILCO – Region Bergisch Land (Vereinigung für Stomaträger und Menschen mit Darmkrebs)

Café Kersting,  
Kölner Straße 92, 42651 Solingen

**Gesprächskreis:**  
jeden 3. Mittwoch im Monat  
ab 15:00 Uhr

**Kontakt:**

Ansprechpartnerin: Frau Normann  
Fon: 0212 653571  
Ansprechpartner: Herr Schmidt  
Fon: 02191 349663  
E-Mail: ilco-bergischland@t-online.de

---

## DTL-Selbsthilfegruppe Solingen für Tinnitus, Hyperakusis, Hörsturz, Morbus Menière und Schwerhörigkeit

Gemeindezentrum Ev. Kirchengemeinde Wald,  
Sternstraße 26, 42719 Solingen

**Gesprächskreis:**  
jeden 1. Dienstag im Monat  
18:30 - 20:30 Uhr

**Kontakt:**

Ansprechpartnerin: Frau Kleem-Droß  
Fon: 0212 259 2410  
E-Mail: kleem\_dross@t-online.de  
Web: www.tinnitus-liga.de

---

# Chronische Erkrankungen / Behinderungen

## Eltern von jungen Menschen mit Autismus

ATZ Rhein-Wupper,  
Weyerstraße 245, 42719 Solingen

### Kontakt:

Ansprechpartnerin: Frau Kortmann  
Fon: 0212 8802 0776  
E-Mail: [solingen@atz-rhein-wupper.de](mailto:solingen@atz-rhein-wupper.de)  
Web: [www.autismus-rhein-wupper.de](http://www.autismus-rhein-wupper.de)

### Gesprächskreis:

1 x im Monat mittwochs,  
genaue Daten bei Frau  
Kortmann erfragen

## Ernährung bei Übergewicht

Bewohnertreff Böckerhof  
Wittekindstr. 22, 42659 Solingen

### Kontakt:

Ansprechpartner: Herr Koch  
Fon: 0212 814377 oder 0177 300 0358  
E-Mail: [shg-sg@t-online.de](mailto:shg-sg@t-online.de)  
Web: [www.uebergewicht-solingen.de](http://www.uebergewicht-solingen.de)

### Gesprächskreis:

jeden 1. Montag im Monat  
19:00 bis 20:00 Uhr

## Fibromyalgie (Muskel-Faser-Sehnen-Schmerz)

Derzeitiger Treffpunkt um 18:50 Uhr vor der Alexander-Apotheke, Bergstr. 22, 42651 Solingen, Treffen finden dann an variablen Orten statt.

### Kontakt:

Fon: 0212 819607 oder 0212 15857  
E-Mail: [fibromyalgie@t-online.de](mailto:fibromyalgie@t-online.de)

### Gesprächskreis:

jeden 1. Donnerstag im  
Monat 19:00 - 21:00 Uhr

## Freizeitgruppe für Menschen mit Autismus (autark Rhein-Wupper gGmbH)

ATZ Rhein-Wupper  
Weyerstraße, 245, 42719 Solingen und  
Autismus Treffpunkt Düsseldorf  
Grafenberger Allee 368, 40235 Düsseldorf

### Kontakt:

Ansprechpartnerin: Frau Scholand  
Fon: 02052 923 9999  
E-Mail: [projekt-arbeit@autark-rhein-wupper.de](mailto:projekt-arbeit@autark-rhein-wupper.de)

### Gruppentreffen:

jeden 1. Freitag im Monat  
18:30 - 22:00 Uhr abwechselnd  
in Solingen und Düsseldorf

## Gehörlose / Schwerhörige

Theodor-Fliedner-Heim,  
Neuenkamper Straße 29, 42657 Solingen

### Kontakt:

Fon: 0212 813022  
Fax: 0212 870674  
E-Mail: [info@theodor-fliedner-heim.de](mailto:info@theodor-fliedner-heim.de)  
Web: [www.theodor-fliedner-heim.de](http://www.theodor-fliedner-heim.de)

---

## Gemeinsam Leben Lernen Solingen e.V.

Gaststätte Al B'Andy,  
Augustinerstraße 1, 42719 Solingen

### Gesprächskreis:

Stammtisch jeden  
1. Montag im Monat  
ab 20:00 Uhr

### Kontakt:

Ansprechpartner: Herr Balfanz  
Fon: 0212 221 6922  
E-Mail: [info@gemeinsam-leben-lernen.de](mailto:info@gemeinsam-leben-lernen.de)  
Web: [www.gemeinsam-leben-lernen.de](http://www.gemeinsam-leben-lernen.de)

---

## Gesprächskreis für Muskelkranke in Wuppertal, Solingen, Remscheid

Ev. Adolf-Clarenbach-Kirchengemeinde  
Reinshagener Straße 11, 42857 Remscheid

### Gesprächskreis:

1x im Quartal dienstags  
18:30 Uhr

### Kontakt:

Ansprechpartner: Herr Schönherr  
Fon: 01515 226 9633  
E-Mail: [ulrich.schoenherr@dgm.org](mailto:ulrich.schoenherr@dgm.org)  
Web: [www.nrw.dgm.org](http://www.nrw.dgm.org)

Termine bei Herrn Schönherr  
erfragen

---

## Gesprächskreis für pflegende und betreuende Angehörige

Walter-Scheel-Platz 1, Raum 0.072, 42651 Solingen

### Gesprächskreis:

jeden 1. Mittwoch im Monat  
15:00 - 16:30 Uhr

### Kontakt:

Ansprechpartnerinnen:  
Frau Cremer/Frau Haßelkuß/Frau Palatini  
Fon: 0212 290 - 5212 / - 5383 / - 5287  
E-Mail: [pflegerberatung@solingen.de](mailto:pflegerberatung@solingen.de)  
[c.remer@solingen.de](mailto:c.remer@solingen.de)  
[a.hasselkuss@solingen.de](mailto:a.hasselkuss@solingen.de)  
[s.palatini@solingen.de](mailto:s.palatini@solingen.de)

---

# Chronische Erkrankungen / Behinderungen

## Gesprächskreis pflegende Angehörige

Goudastraße 56, 42659 Solingen

### Gesprächskreis:

jeden 4. Freitag im Monat  
16:30 - 18:00 Uhr

### Kontakt:

Ansprechpartnerin: Frau Gilles  
Fon: 0212 20645 - 19  
Mobil: 0177 404 4585  
E-Mail: a.gilles@outlook.de

---

## Gesprächskreise für pflegende Angehörige, Kontakt über Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe

Frau Rüttgers

Fon: 0173 376 7415

---

## Gruppe für pflegende / betreuende Frauen

Josef Haus, Schützenstraße 217, 42659 Solingen

### Gesprächskreis:

1x im Monat donnerstags  
18:00 - 19:30 Uhr

### Kontakt:

Ansprechpartnerin: Frau Steverding  
(Frauenberatungsstelle Solingen)  
Fon: 0212 2312775  
E-Mail: sandra.steverding@frauenberatung-sg.de

---

Termine bei Frau Grefer erfragen

## Krebsberatung Solingen

Diakonisches Werk des Evangelischen Kirchenkreises Solingen,  
Kasernenstr. 23, 42651 Solingen

### Sprechzeiten:

montags und mittwochs  
10:00 bis 12:30 Uhr

### Kontakt:

Frau Markert  
Fon: 01764 808 3500  
E-Mail: krebsberatung@evangelische-kirche-solingen.de



## Lupus Erythematodes Selbsthilfegemeinschaft, Regionalgruppe Remscheid-Solingen

Tagespflege Wunder, Kreuzbergstraße 55, 42899 Remscheid

### Kontakt:

Ansprechpartnerin: Frau Wegerhoff  
Fon: 02191 22406  
E-Mail: [rs-sg@lupus-rheumanet.org](mailto:rs-sg@lupus-rheumanet.org)  
Web: [www.lupus-rheumanet.org](http://www.lupus-rheumanet.org)

### Gesprächskreis:

Gruppentreffen alle 2 Monate  
mittwochs.  
Bitte zu den Treffen anmelden,  
da Zeit und Ort sich ändern  
können.

---

## Marfan Hilfe Deutschland e.V., Regionalgruppe Ruhrgebiet / Bergisch Land

Elisabethkrankenhaus, Konferenzraum 4,  
Klara-Kopp-Weg 1, 45138 Essen

### Kontakt:

Ansprechpartnerin: Frau Fleischmann  
Fon: 02191 340853  
E-Mail: [ruhrgebiet@marfanhilfe.de](mailto:ruhrgebiet@marfanhilfe.de)  
Web: [www.marfan.de/ruhrgebiet.html](http://www.marfan.de/ruhrgebiet.html)

### Gesprächskreis:

jeden 2. Montag im  
Monat 18:00 - 20:00 Uhr

---

## Morbus Bechterew – Therapiegruppe Solingen

Trockengymnastik: Turnhalle Comeniusschule,  
Eingang Albertus-Magnus-Straße

Wassergymnastik: Hallenbad Vogelsang,  
Focherstr. 85, 42719 Solingen

### Trockengymnastik:

dienstags 20:00 Uhr

### Wassergymnastik:

donnerstags 13:45 bis 14:45 Uhr

### Kontakt:

Ansprechpartner: Herr Hoffmann  
Fon: 0177 611 1440  
E-Mail: [stephanhoffmann42719@web.de](mailto:stephanhoffmann42719@web.de)  
Web: [www.dvmb-nrw.de/gruppen/solingen](http://www.dvmb-nrw.de/gruppen/solingen)

## Chronische Erkrankungen / Behinderungen

### MS-Selbsthilfegruppe Solingen (DMSG-OV Solingen e.V.)

Stammtisch:  
Café Stadtgeflüster, Hauptstraße 9, 42651 Solingen

Bewegungsangebote:  
Turnhalle Schule Rosenkamp  
und Turnhalle WMTV in SG-Wald

**Kontakt:**

Ansprechpartner: Herr Lukosch  
Fon: 0157 7215 2300  
E-Mail: lukosch@wmtv.de  
Web: www.ms-solingen.de

**Gesprächskreis:**  
Stammtisch jeden  
1. Mittwoch im Monat  
ab 17:00 Uhr

**Bewegungsangebote:**  
siehe Homepage

---

### Osteoporose Selbsthilfegruppe Solingen

Aktivitäten und Orte siehe Homepage

**Kontakt:**

Ansprechpartnerin: Frau Martin  
Fon: 0212 383 3168  
Fax: 0212 383 3168  
E-Mail: b.martin111@gmx.de  
Web: www.osteoporose-solingen.de

---

### Parkinsongruppe Solingen

Zentrum Frieden, Wupperstraße 120,  
Eingang Alfred-Nobel-Straße, 42651 Solingen

**Kontakt:**

Ansprechpartner: Herr Melcher  
Fon: 0212 315655  
E-Mail: parkinson-solingen@t-online.de  
Web: www.parkinson-solingen.de

**Gesprächskreis:**  
jeden 3. Donnerstag im Monat  
15:30 - 17:30 Uhr

---

### Pro Retina Deutschland e.V., Regionalgruppe Wuppertal

„Die Färberei“,  
Peter-Hansen-Platz 1, 42275 Wuppertal-Oberbarmen

**Kontakt:**

Fon: 0241 870018  
E-Mail: info@pro-retina.de  
Web: www.pro-retina.de

**Gesprächskreis:**  
Daten der Treffen siehe Home-  
page der Regionalgruppe

# Chronische Erkrankungen / Behinderungen

## Rheuma-Liga NRW, Arbeitsgemeinschaft Solingen

Büro: Grünewalder Straße 46, 42657 Solingen

Bürozeiten: Jeden Montag 16:00 - 18:00 Uhr

Treffen: Krankenhaus St. Josef,  
Bergstraße 6-12, 42105 Wuppertal

### Info-Café:

jeden 2. und 4. Mittwoch im  
Monat 15:00 - 17:00 Uhr

### Kontakt:

Ansprechpartnerin: Frau Sasse / Frau Jungheim

Fon: 0201 8279 7719

E-Mail: [ag-solingen@rheuma-liga-nrw.de](mailto:ag-solingen@rheuma-liga-nrw.de)

Web: [www.rheuma-liga-nrw.de](http://www.rheuma-liga-nrw.de)

---

## Selbsthilfe nach Krebs

Walder KirchenCafé, Walder Kirchplatz 1, 42719 Solingen  
Senioren-Residenz, Konrad-Adenauer-Str. 63, 42651 Solingen

### Kontakt:

Ansprechpartnerinnen: Frau Döring / Frau Knecht

Fon: 0212/316118 (Frau Döring)

0212/2261316 (Frau Knecht)

E-Mail: [sigrich@gmx.de](mailto:sigrich@gmx.de)

### Gesprächskreis:

jeden letzten Montag im Monat  
19:00 Uhr (jüngere Betroffene),  
Walder KirchenCafé

jeden 3. Dienstag im Monat  
15:30 Uhr (Gesprächskreis),  
Senioren-Residenz

---

## Selbsthilfe Organtransplantiertes NRW – Region Solingen

### Kontakt:

Ansprechpartner: Herr Breitenberger / Herr Longerich

Fon: 02183 81870 oder 0151 701 05491 /  
02335 69750 oder 0171 456 8923

E-Mail: [kontakt@selbsthilfe-organtransplantiertes-NRW.de](mailto:kontakt@selbsthilfe-organtransplantiertes-NRW.de)

### Gesprächskreis:

9 - 10 x im Jahr mittwochs,  
Daten bei Herrn Breitenberger  
und Herrn Longerich erfragen

---

## Selbsthilfe Schlafapnoe / chronische Schlafstörungen Solingen e.V.

Gesundheitszentrum Bethanien, Veranstaltungsbereich,  
Seminarraum 3, Aufderhöher Straße 169a, 42699 Solingen

### Kontakt:

Ansprechpartner: Herr Rentmeister

Fon: 0212 264 3094

Fax: 0322 2687 4824

E-Mail: [info@schlafapnoe-solingen.de](mailto:info@schlafapnoe-solingen.de)

Web: [www.schlafapnoe-solingen.de](http://www.schlafapnoe-solingen.de)

### Gesprächskreis:

jeden 2. Dienstag im Monat,  
19:00 Uhr mit wechselnden  
Themen, Mitglieder werden  
schriftlich informiert

## Selbsthilfegruppe Diabetes I (Elterngruppe)

### Kontakt:

Ansprechpartnerinnen: Frau Becher/Frau Borck  
Fon: 0212 247 4082 oder 0212 272368  
E-Mail: s.borck@solingen.de  
k.becher@solingen.de

### Gesprächskreis:

nur noch telefonische Beratung, es finden keine regelmäßigen Treffen mehr statt.

---

## Selbsthilfegruppe Epilepsie der Ev. Kirchengemeinde Ohligs

Evangelisches Gemeindezentrum,  
Wittenbergstraße 4-6, 42697 Solingen

### Gesprächskreis:

jeden 2. Mittwoch im  
Monat 18:00 Uhr

---

### Kontakt:

Ansprechpartner: Herr Corsten  
Fon: 0177 754 2229  
E-Mail: rainer.corsten@gmx.de  
Web: www.evkirche-ohligs.de

---

## Selbsthilfegruppe Histamin Intoleranz Gruppe BergischLand

Seniorenzentrum Wiedenhof, Wiedenhofstraße 7/  
Ecke Erholungstraße, 42853 Remscheid

### Gesprächskreis:

Alle 8 Wochen mittwochs  
– außer Juli und August –  
Die genauen Termine bitte bei  
Frau Bontemps erfragen oder  
auf ihrer Homepage unter  
Termine ansehen.

---

### Kontakt:

Ansprechpartnerin: Frau Bontemps  
Fon: 02191 462 9772  
E-Mail: histamin@histamin-bergischland.de  
Web: www.histamin-bergischland.de

---

## Selbsthilfegruppe der Kehlkopferierten Bergisch Land

Steakhaus Wasserturm  
Schlagbaumer Straße 125, 42653 Solingen

### Gesprächskreis:

jeden 1. Dienstag im  
Monat 17:00 - 19:00 Uhr

---

### Kontakt:

Ansprechpartner: Herr Becks  
Fon: 0212 62275  
E-Mail: kehlkopferierte-bergisch-land@web.de  
Web: www.kehlkopferierte-bergisch-land.jimdofree.com

## Selbsthilfegruppe Polyneuropathie / Diabetes Typ II

Städtisches Klinikum Solingen, Besprechungsraum 2,  
Gotenstraße 1, 42653 Solingen

**Gesprächskreis:**  
jeden 2. Mittwoch im  
Monat 19:00 Uhr

**Kontakt:**

Fon: 0159 0223 6821  
E-Mail: birgit-elke@gmx.de  
Web: [www.nrw.diabetikerbund.de](http://www.nrw.diabetikerbund.de)  
[www.pnp-shg.de](http://www.pnp-shg.de)

---

## Selbsthilfegruppe Prostata

Städtisches Klinikum Solingen, Besprechungsraum 1,  
Gotenstraße 1, 42653 Solingen

**Gesprächskreis:**  
jeden 2. Montag im  
Monat 19:00 Uhr

**Kontakt:**

Ansprechpartnerin: Frau Thomas  
Fon: 02174 784 9843 oder 0171 382 5236  
E-Mail: [merscheiderhof@web.de](mailto:merscheiderhof@web.de)  
Web: [www.prostatakrebs-bps.de](http://www.prostatakrebs-bps.de)

---

## Selbsthilfegruppe Treff-Parkinson-NRW

WMTV (Vereinshaus)  
Adolf-Clarenbach-Str. 41, 42719 Solingen

**Gesprächskreis:**  
jeden 2. Mittwoch im Monat  
19:00 Uhr

**Kontakt:**

Ansprechpartnerin: Frau Hoebel-Nöckel  
Fon: 0212 383 0524 oder 0172 294 0595  
Fax: 0212 383 0525  
E-Mail: [willkommen@treff-parkinson-nrw.de](mailto:willkommen@treff-parkinson-nrw.de)  
Web: [www.treff-parkinson-nrw.de](http://www.treff-parkinson-nrw.de)

Reha-Sport-Termine:  
auf telefonische Anfrage

---

## Selbsthilfegruppe Zöliakie und Sprue

Deutsche Zöliakie e.V.  
Städt. Klinikum, Besprechungsraum 1  
Gotenstr. 1, 42653 Solingen

**Gesprächskreis:**  
Gruppentreffen alle  
2 Monate, zusätzliche  
Veranstaltungen wie  
Grillnachmittag, Backkurs,  
bitte bei Frau Hinz erfragen

**Kontakt:**

Ansprechpartnerin: Frau Hinz  
Fon: 0202 471882  
E-Mail: [Evelyn.Hinz@dzg-online.de](mailto:Evelyn.Hinz@dzg-online.de)  
Web: [www.dzg-online.de](http://www.dzg-online.de)

### Selbsthilfvereinigung für Lippen-Gaumen-Fehlbildungen e.V.

Wolfgang-Rosenthal-Gesellschaft

**Kontakt:**

Ansprechpartnerin: Frau Dreibholz

Fon: 0212 706350

E-Mail: [wrg-huettenberg@t-online.de](mailto:wrg-huettenberg@t-online.de)

Web: [www.lkg-selbsthilfe.de](http://www.lkg-selbsthilfe.de)

**Gesprächskreis:**

von April bis November

jeden 1. Samstag im Monat

17:00 - 21:00 Uhr in

SG-Ohligs nach vorheriger

Absprache mit Frau Dreibholz

---

### SHG für Menschen mit ADHS/ADS und deren Angehörige

Städt. Klinikum Solingen, Besprechungsraum 2

Gotenstr. 1, 42653 Solingen

**Kontakt:**

Ansprechpartner: Herr Wiesen

Fon: 0212 6811 1430

E-Mail: [re.solingen@adhs-deutschland.de](mailto:re.solingen@adhs-deutschland.de)

Web: [www.adhs-selbsthilfe.de](http://www.adhs-selbsthilfe.de)  
[www.adhs-deutschland.de](http://www.adhs-deutschland.de)

**Gesprächskreis:**

jeden 2. Mittwoch im Monat

um 19:00 Uhr

---

### Sjögren Gesprächskreis, Tagespflege Wunder

Kreuzbergstraße 55, 42899 Remscheid

**Kontakt:**

Ansprechpartnerin: Frau Wegerhoff

Fon: 02191 22406

E-Mail: [anwe-123@web.de](mailto:anwe-123@web.de)

Web: [www.sjoegren-erkrankung.de](http://www.sjoegren-erkrankung.de)

**Gesprächskreis:**

Gruppentreffen alle 2 Monate  
mittwochs, bitte zu den Treffen  
anmelden, da Zeit und Ort sich  
ändern können.

## Skoliose-Selbsthilfegruppe Bergisch Land

Seniorenresidenz ALLOHEIM,  
Burger Straße 193, 42859 Remscheid

Städtisches Klinikum,  
Gotenstraße 1, 42653 Solingen

„Die Börse“,  
Wolkenburg 100, 42119 Wuppertal

### **Kontakt:**

Ansprechpartner: Herr Bothe  
Fon: 02191 209 2193  
E-Mail: shgbergischland@online.de  
Web: www.bundesverband-skoliose.de

### **Gesprächskreis:**

1 x im Monat dienstags abwechselnd in RS/SG/W 18:00 - 20:00 Uhr, genaue Termine für die jeweiligen Orte siehe Homepage

---

## Wieder Lebensqualität und Lebensfreude, Selbsthilfe nach Krebs

Weyerstraße 243 (DPW), 42719 Solingen

### **Kontakt:**

Ansprechpartnerinnen:  
Frau Adams/Frau Manert/Frau Nientit  
Fon: 0212 16414 (Frau Manert)  
0212 52110 (Frau Nientit)  
E-Mail: erikamanert@gmail.com  
nientit@hotmail.de

### **Gesprächskreis:**

jeden 1. Dienstag im  
Monat 15:00 Uhr,  
Weyerstraße 243 (DPWV)

# Psychische Erkrankungen / Probleme

## Ängste und Depressionen

Mangenberger Str. 339, 42655 Solingen  
(Parkplätze auf dem Gelände vorhanden)

**Gesprächskreis:**  
mittwochs 18:00 - 20:00 Uhr

**Kontakt:**

Ansprechpartner: Herr Koch  
Fon: 0177 300 0358  
E-Mail: armin.koch@wtal.de

---

## Busch-Stiftung Seniorenhilfe (Demenz, Altersverwirrtheit)

Martinstraße 20, 42655 Solingen

Diverse Gruppenangebote sind  
bei Frau Baumbach zu erfragen

**Kontakt:**

Ansprechpartnerin: Frau Baumbach  
Fon: 0212 206 0869  
E-Mail: info@busch-stiftung.de  
Web: www.busch-stiftung.de

---

## Eltern von jungen Menschen mit Autismus

ATZ Rhein-Wupper,  
Weyerstraße 245, 42719 Solingen

**Gesprächskreis:**  
1x im Monat mittwochs  
genaue Daten bei Frau  
Kortmann erfragen

**Kontakt:**

Ansprechpartnerin: Frau Kortmann  
Fon: 0212 8802 0776  
E-Mail: solingen@atz-rhein-wupper.de  
Web: www.autismus-rhein-wupper.de

---

## Elternkreis von Söhnen und Töchtern mit der Doppeldiagnose Sucht und psychische Erkrankung

Psychosozialer Trägerverein Solingen e.V.,  
Kölner Straße 1, 42651 Solingen

**Gesprächskreis:**  
jeden 2. Mittwoch im  
Monat 19:30 - 21:30 Uhr

**Kontakt:**

Fon: 0212 6450 1308 oder 0169 9601 1234  
E-Mail: ElternkreisSolingen.sup@t-online.de  
Web: www.sup-sg.de



## Psychische Erkrankungen / Probleme

### Freizeitgruppe für Menschen mit Autismus (autark Rhein-Wupper gGmbH)

ATZ Rhein-Wupper  
Weyerstraße, 245, 42719 Solingen und  
Autismus Treffpunkt Düsseldorf  
Grafenberger Allee 368, 40235 Düsseldorf

**Gruppentreffen:**  
jeden 1. Freitag im Monat  
18:30 - 22:00 Uhr abwechselnd  
in Solingen und Düsseldorf

**Kontakt:**

Ansprechpartnerin: Frau Scholand  
Fon: 02052 923 9999  
E-Mail: projekt-arbeit@autark-rhein-wupper.de

---

### Gendertreff

Brauhaus (Hotel) Manforter Hof  
Manforter Str. 247, 51373 Leverkusen (Manfort)  
Restaurant Kaisershaus  
Erkrather Landstraße 82, 40629 Düsseldorf

**Gesprächskreis:**  
Leverkusen:  
Jeden 1. Samstag im Monat  
von 19:00 bis 22:00 Uhr  
Düsseldorf:  
jeden 3. Sonntag im Monat  
ab 14:30 Uhr

**Kontakt:**

E-Mail: kontakt@gendertreff.de  
Web: www.gendertreff.de

---

### Gesprächskreis pflegende Angehörige

Goudastraße 56, 42659 Solingen

**Gesprächskreis:**  
Jeden 4. Freitag im Monat  
16:30 - 18:00 Uhr

**Kontakt:**

Ansprechpartnerin: Frau Gilles  
Fon: 0212 20645 - 19  
Mobil: 0177 404 4585  
E-Mail: a.gilles@outlook.de

---

### Gesprächskreise für pflegende Angehörige, Kontakt über Kontaktbüro Pflugeselbsthilfe

Frau Rüttgers  
Fon: 0173 376 7415

# Psychische Erkrankungen / Probleme

## Gesprächskreis für pflegende Angehörige von Demenzkranken

Ev. Altencentrum Cronenberger Str. gGmbH,  
Cronenberger Straße 34-42, 42651 Solingen

### Kontakt:

Ansprechpartnerin: Frau Götze  
Fon: 0212 22258 - 0  
E-Mail: karin.goetze@eac-solingen.de

### Gesprächskreis:

1 x im Quartal  
donnerstags 18:30 Uhr,  
die einzelnen Termine sind bei  
Frau Götze zu erfragen

## Gesprächskreis für pflegende und betreuende Angehörige

Walter-Scheel-Platz 1, Raum 0.072, 42651 Solingen

### Kontakt:

Ansprechpartnerinnen:  
Frau Cremer/Frau Haßelkuß/Frau Palatini  
Fon: 0212 290 - 5212 / - 5383 / - 5287  
E-Mail: pflegeberatung@solingen.de  
c.remer@solingen.de  
a.hasselkuss@solingen.de  
s.palatini@solingen.de

### Gesprächskreis:

jeden 1. Mittwoch im  
Monat 15:00 - 16:30 Uhr

## Gruppe für pflegende/betreuende Frauen

Josef Haus, Schützenstraße 217, 42659 Solingen

### Kontakt:

Ansprechpartnerin: Frau Steverding (Frauenberatungsstelle)  
Fon: 0212 231 2775  
E-Mail: sandra.steverding@frauenberatung-sg.de

### Gesprächskreis:

1x monatlich donnerstags  
18:00 - 19:30 Uhr  
Termine bei Frau Steverding  
erfragen

## Palliatives Hospiz Solingen e.V. (PHoS) – angeleitete Trauerbewältigung

Städtisches Klinikum, Haus R (Geschäftsstelle),  
Gotenstraße 1, 42653 Solingen

### Kontakt:

Fon: 0212 547 - 2700  
E-Mail: info@hospiz-solingen.de  
Web: www.hospiz-solingen.de

### Gesprächskreis:

Angeleitete Trauergruppe  
alle 14 Tage donnerstags,  
19:30 - 21:30 Uhr  
und jeden 2. Montag im  
Monat Frühstückstreff,  
09:00 - 10:30 Uhr  
Einzelstunden nach  
Absprache möglich

### Sprechzeiten:

Montag bis Freitag  
09:00 - 12:00 Uhr



Palliatives Hospiz Solingen e.V.

# Psychische Erkrankungen / Probleme

## Selbsthilfegruppe Angehörige psychisch Erkrankter in Solingen

Psychosozialer Trägerverein Solingen e.V.,  
Eichenstraße 105-109, 42659 Solingen

### Kontakt:

Ansprechpartnerin: Frau Wittenbruch  
Fon: 01609 120 2792  
E-Mail: h.wittenbruch@unitybox.de

### Gesprächskreis:

alle 14 Tage  
(ungerade Wochen)  
montags 19:00 Uhr

## Selbsthilfegruppe für Frauen mit psychischen Erkrankungen

Angeleitete Gruppe  
Frauenberatungsstelle, Brühler Straße 59, 42657 Solingen

### Kontakt:

Ansprechpartnerin: Frau Schwemin  
Fon: 0212 55470  
E-Mail: info@frauenberatung-sg.de  
Web: www.frauenberatung-sg.de

### Gesprächskreis:

14-tägig mittwochs  
17:00 - 19:00 Uhr,  
Vorgespräch erforderlich

## Selbsthilfegruppe für türkischsprachige Angehörige

Psychosozialer Trägerverein Solingen e.V.,  
Eichenstraße 105-109, 42659 Solingen

### Kontakt:

Ansprechpartnerin: Frau Ödemis  
Fon: 0212 24821 - 67  
E-Mail: Meryem.Oedemis@ptv-solingen.de  
Web: www.ptv-solingen.de

### Gesprächskreis:

bei Frau Ödemis  
zu erfragen

## Selbsthilfegruppe Mutter(un)glück

Blinden- und Sehbehindertenverein  
Sauerbreystraße 2, 42697 Solingen

### Kontakt:

Ansprechpartnerin: Frau Cyris  
Fon: 01767 283 9461  
E-Mail: ph702@web.de

### Gesprächskreis:

donnerstags  
10:00 - 11:30 Uhr

## Psychische Erkrankungen / Probleme

### Selbsthilfegruppe von Psychiatrie-Erfahrenen in Solingen/Phönix e.V.

Bürgertreff des Spar- und Bauvereins Solingen,  
Argonner Weg 32, 42659 Solingen

**Gesprächskreis:**  
freitags 16:30 - 18:00 Uhr

**Kontakt:**

Ansprechpartner: Herr Kunst  
Fon: 0212 53641  
E-Mail: [cornelius.kunst@gmx.de](mailto:cornelius.kunst@gmx.de)  
Web: [www.shg-phoenix-sg.de](http://www.shg-phoenix-sg.de)

---

### Selbsthilfegruppe "Wenn Essen dein Leben beeinträchtigt" – Angeleitete Gruppe zu Anorexie, Bulimie u. Binge-Eating

Frauenberatungsstelle,  
Brühler Straße 59, 42657 Solingen

**Gesprächskreis:**  
14-tägig mittwochs  
18:00 - 19:30 Uhr

**Kontakt:**

Ansprechpartnerin: Frau Lafos  
Fon: 0212 55470  
E-Mail: [info@frauenberatung-sg.de](mailto:info@frauenberatung-sg.de)  
Web: [www.frauenberatung-sg.de](http://www.frauenberatung-sg.de)

---

Vorgespräch erforderlich

### SHG für Menschen mit ADHS/ADS und deren Angehörige

Städtisches Klinikum Solingen, Besprechungsraum 2  
Gotenstr. 1, 42653 Solingen

**Gesprächskreis:**  
jeden 2. Mittwoch im Monat  
19:00 Uhr

**Kontakt:**

Ansprechpartner: Herr Wiesen  
Fon: 0212 681 114 30  
E-Mail: [re.solingen@adhs-deutschland.de](mailto:re.solingen@adhs-deutschland.de)  
Web: [www.adhs-selbsthilfe.de](http://www.adhs-selbsthilfe.de) u. [www.adhs-deutschland.de](http://www.adhs-deutschland.de)

# Suchterkrankungen

## Al-Anon – Für Angehörige + Freunde von Alkoholikern

Ev. Kirchengemeinde Solingen-Dorp, „Die Arche“,  
Eichenstraße 140/Ecke Kiebitzweg, 42659 Solingen

**Kontakt:**

Fon: 0212 382 8649 (Gruppentelefon)  
E-Mail: [al-anon-solingen@web.de](mailto:al-anon-solingen@web.de)  
Web: [www.al-anon.de](http://www.al-anon.de)

**Gesprächskreis:**

dienstags 19:30 Uhr,  
dabei jeden 1. Dienstag  
im Monat gemeinsames Grup-  
pentreffen mit den  
Anonymen Alkoholikern (AA)

---

## Anonyme Alkoholiker (AA)

**Kontakt:**

Web: [www.anonyme-alkoholiker.de](http://www.anonyme-alkoholiker.de)

Ev. Kirche Fuhr,  
Fuhrstraße 1, 42719 Solingen  
Fon: 0212 313257

**Gesprächskreise:**

dienstags 19:30 Uhr,  
dabei jeden 1. Dienstag  
im Monat gemeinsames Grup-  
pentreffen mit Al-Anon

Albertus-Magnus-Straße 11, 42719 Solingen  
Fon: 0212 653277

donnerstags 19:00 Uhr

# Suchterkrankungen

## Blaues Kreuz

- **Treffen für Suchtkranke & Angehörige** Fon: 0212 230 7575  
montags und donnerstags ab 19:00 Uhr  
Solingen-Mitte, Brühler Str. 60  
(Gemeindezentrum Stadtmission)  
freitags ab 18:45 Uhr  
Solingen-Ohligs, Bahnstr. 10  
(AWO Arbeit & Qualifizierung gemeinnützige GmbH)
- **Treffen für Suchtkranke** Fon: 0212 230 7575  
dienstags ab 18:45 Uhr  
Solingen-Mitte, Peter-Hahn-Weg 8  
(Evangelisch Freikirchliche Gemeinde, Gemeindezentrum)
- **Treffen für Suchtkranke & Angehörige (Frauen)** Fon: 0212 230 7575  
mittwochs ab 18:45 Uhr  
Solingen-Mitte, Goerdeler Str. 72  
(Caritasverband Wuppertal/Solingen, Cafe-Treff)
- **Infopoint: Erstkontakt und für Interessierte zum Thema Sucht** Fon: 0212 230 7575  
jeden 2. und 4. Freitag 18:00 - 19:00 Uhr  
Entenpfuhl 12 (FAXE, Kontaktladen der Jugend- u.  
Drogenberatung anonym e.V.)
- **Onlinegruppe für Suchtkranke**  
jeden 1. und 3. Donnerstag 18:00 bis 19:00 Uhr  
<https://bluemeeting.blaueskreuz.de/onlinegruppe-solingen>

## Suchterkrankungen

### Dabei und Mittendrin, Selbsthilfegruppe für Menschen mit FASD und deren Angehörige

Familienbegegnungsstätte,  
Mangenberger Straße 88, 42655 Solingen

**Kontakt:**

Ansprechpartnerin: Frau Kabus  
Fon: 0212 2327 8564 oder 0176 8433 4437  
E-Mail: [dabei-und-mittendrin@email.de](mailto:dabei-und-mittendrin@email.de)  
Web: [www.dabei-und-mittendrin.de](http://www.dabei-und-mittendrin.de)

**Gesprächskreis:**

jeden 1. Mittwoch im Monat  
ab 19:00 Uhr,  
jeden 3. Dienstag im Monat ab  
09:00 Uhr,  
jeden 3. Freitag im Monat ab  
15:00 Uhr und  
jeden letzten Freitag im Monat  
ab 10:30 Uhr

bitte bei Frau Kabus anmelden

**Sprechzeiten:**

nach Vereinbarung

---

### Elternkreis von Söhnen und Töchtern mit der Doppeldiagnose Sucht und psychische Erkrankung

Psychosozialer Trägerverein Solingen e.V.,  
Kölner Straße 1, 42651 Solingen

**Kontakt:**

Fon: 0212 6450 1308 oder 0169 9601 1234  
E-Mail: [ElternkreisSolingen.sup@t-online.de](mailto:ElternkreisSolingen.sup@t-online.de)  
Web: [www.sup-sg.de](http://www.sup-sg.de)

**Gesprächskreis:**

jeden 2. Mittwoch im  
Monat 19:30 - 21:30 Uhr

---

### IAM (Initiative Alkoholkranker Menschen)

AWO, Georg-Herwegh-Straße 25, 42657 Solingen

**Kontakt:**

Fon: 0175 453 6886  
E-Mail: [info@iam-solingen.de](mailto:info@iam-solingen.de)  
Web: [iam-solingen.de](http://iam-solingen.de)

**Gesprächskreis:**

mittwochs 19:00 Uhr

# Suchterkrankungen

## Narcotics Anonymous (NA) – Selbsthilfegruppe für Süchtige

Bahnstr. 8-10 (AWO-aqua), 42697 Solingen-Ohligs

### Kontakt:

Fon: 0212 645 6331 (Kristina)  
01520 106 7299 (Ulrike)  
E-Mail: solingen-meetings@na-west.de (auch Info  
ZOOM-Meeting) und info@na-west.de  
Web: www.na-west.de

**Gesprächskreis:**  
donnerstags  
19:00 - 20:30 Uhr

---

## Selbsthilfegruppe „Wenn Essen dein Leben beeinträchtigt“ – Angeleitete Gruppe

Frauenberatungsstelle,  
Brühler Straße 59, 42657 Solingen

### Kontakt:

Ansprechpartnerin: Frau Lafos  
Fon: 0212 55470  
E-Mail: info@frauenberatung-sg.de  
Web: www.frauenberatung-sg.de

**Gesprächskreis:**  
14-tägig mittwochs  
18:00 - 19:30 Uhr  
Vorgespräch erforderlich

---

## Spielsucht

Fachlich angeleitete Spielergruppe der Caritas,  
Ahrstraße 9, 42697 Solingen

(Einzel-Beratungsgespräche auch in russischer Sprache  
möglich)

### Kontakt:

Ansprechpartnerin: Frau Becker  
Fon: 0212 2313 4933  
E-Mail: natalie.becker@caritas-wsg.de  
Web: www.caritas-wsg.de

**Gesprächskreis:**  
donnerstags  
17:00 - 18:30 Uhr  
Teilnahme nach vorherigem  
Einzelgespräch



## Sonstiges

### Elterngruppe für homophile Söhne und Töchter

**Kontakt:**

Ansprechpartnerin: Frau Konrad  
Fon: 0212 811657  
E-Mail: konrad-erika@t-online.de

**Gesprächskreis:**

telefonische Beratung, derzeit  
keine regelmäßigen Treffen

---

### Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung (EUTB)

Freiheitstraße 2, 42719 Solingen

**Kontakt:**

Frau Westphal / Herr Rottner  
Fon: 0800 000 4446  
E-Mail: info@eutb-solingen.de  
Web: www.eutb-solingen.de

---

### Förderkreis für Psychosoziale Beratung und Selbsthilfeinitiativen e.V. Remscheid

**Kontakt:**

Ansprechpartnerin: Frau Wegerhoff  
Fon: 02191 22406  
Fon: anwe-123@web.de  
Web: www.selbsthilfe-rs.de

---

### Gendertreff

Brauhaus (Hotel) Manforter Hof  
Manforter Str. 247, 51373 Leverkusen (Manfort)

Restaurant Kaisershaus  
Erkrather Landstraße 82, 40629 Düsseldorf

**Kontakt:**

E-Mail: kontakt@gendertreff.de  
Web: www.gendertreff.de

**Gesprächskreis:**

Leverkusen:  
Jeden 1. Samstag im Monat  
von 19:00 - 22:00 Uhr

Düsseldorf:  
jeden 3. Sonntag im Monat  
ab 14:30 Uhr

---

### Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe (KoPS)

Friedrichstr. 1-3, 42651 Solingen

**Kontakt:**

Ansprechpartnerin: Frau Rüttgers  
Fon: 0173 37 67 415  
Fon: p.ruetters@teheim-solingen.de

---

## Sonstiges

### Männergruppe Solingen (MRT-Gruppe)

**Kontakt:**

Ansprechpartner: Holger Müller  
Fon: 0212 254 3444  
E-Mail: holger-mueller@unitybox.de  
Web: www.maennergruppe-solingen.de

**Gesprächskreis:**

alle 3 Wochen, Wochentage  
und Uhrzeit so wie den Ort  
(wechselnd) bei Herrn Müller  
erfragen

### Seniorenicherheitsberater und -beraterinnen für Senioren in Solingen (ehrenamtlich)

**Kontakt:**

Ehrenamtlich im Team: Renate Krämer

## Kontakt über:

Klingenstadt Solingen, Seniorenbüro, Frau Simon

Fon: 0212 290 - 5282

oder

Polizeipräsidium Wuppertal, Frau Bach

Fon: 0202 284 - 1801 (Büro/AB)

---

### Sozialverband Deutschland, Ortsverband Solingen Wermelskirchen

Ev. Stadtkirchengemeinde Solingen,  
Gemeinderäume im Soutterain,  
Kirchplatz 14, 42651 Solingen

**Gesprächskreis:**

jeden 3. Mittwoch im  
Monat 14:00 - 16:30 Uhr

**Kontakt:**

Ansprechpartner: Herr Kuhrt  
Fon: 0212 313890  
E-Mail: rolandkuhrt@t-online.de  
Web: www.sovd-nrw.de

---

### Sozialverband VdK, Ortsverband Solingen / Remscheid

Konrad-Adenauer-Straße 9, 42651 Solingen

**Gesprächskreis:**

jeden 2., 3. und 4.  
Donnerstag im Monat  
10:00 - 14:00 Uhr

**Kontakt:**

Ansprechpartnerin: Frau Herrig  
Fon: 0212 8899 9175  
Fax: 0212 2262 7631  
E-Mail: ov-solingen-remscheid@vdk.de  
Web: www.vdk.de/ov-solingen-remscheid



