

Selbsthilfegruppen

August 2026



Luzern Obwalden Nidwalden

Selbsthilfegruppen für Betroffene und/oder Angehörige

ADHS/ADS
Adoptierte Erwachsene
Alkoholsucht (AA, Al-Anon, Alateen)
Allergien/Neurodermitis/Intoleranzen
Autismus-Spektrum-Störungen (ASS)
Bipolare Störung
Brustkrebs
Burnout
Careleaver
Chronisches Müdigkeitssyndrom (CFS)
Cochlea Implantat (CI)
Cystische Fibrose
Depression
Diabetes Typ 1
Drogensucht (NA)
Einsamkeit (Video-Selbsthilfegruppe)
Endometriose
Essstörungen
Femmes- und Männertische (peer-begleitet)
Fibromyalgie (Frauengruppe)
Gynäkologischer Krebs (ElleHELP)
Hirnverletzung
Hochsensibilität (Warteliste)
ICD Patienten (implantierter Herz-Defibrillator)
Kehlkopfoperierte/Kehlkopflose
Komplexe posttraumatische Belastungsstörung (peer-begleitet/Warteliste)
Kontaktabbruch zur Familie
Krebs (verschiedene Krebsarten)
Krebskranke Kinder
Lichen Sclerosus
Lipödem
Lokführer nach einem Personenunfall
Long Covid
Makula-Degeneration/Glaukom
Migräne mit Aura, Basilarismigräne, Vestibuläre Migräne (Video-Selbsthilfegruppe)
Morbus Crohn/Colitis ulcerosa/Stoma
Morbus Sjögren
Multiple Sklerose
Multiples Myelom
Narzisstischer Missbrauch (Warteliste)
Parental Alienation/Eltern-Kind-Entfremdung
Parkinson
Polyarthritis/Rheumatoide Arthritis
Polyneuropathie (Warteliste)
Prostata-/Hodenkrebs
Psychische Krankheiten (Angehörige)
Psychosen (und Schizophrenie) (peer-begleitet)
Reizdarmsyndrom
Restless Legs Syndrom
Schlafapnoe
Schwerhörigkeit
Seelische Gesundheit (EA)
Sexuelle Gewalt (Warteliste)

Sklerodermie
Suizid (Hinterbliebene)
Trauer und Verlust
Trialog
Verwitwete mit Kindern
Zöliakie

Treffs

Arbeitslosigkeit
Autismus (Treff für Angehörige von Kindern)
Begegnung und Gespräch (Zwitscherbar)
Demenz (Café Trotzdem)
Elterliche Verantwortung
Hirnverletzung
Hörbehinderung
Integration & Community (LiLi Centre, englisch)
Männer in Trennungssituationen
Männerpalaver
Menschen mit Unterstützungsbedarf
Psychoonkologie
Sehbehinderung
Trauer (Trauercafés)

Fachpersonengeleitete Gruppen von Partnerorganisationen

50plus Talk
ADHS
Adoleszenz (junge Frauen von 14 bis 18 J.)
Alkohol
Angst- oder Zwangsstörungen (Elterngruppe)
Aphasie
Atemwegserkrankungen
Autismus-Spektrum-Störungen (Betroffene; Angehörige)
Demenz
Fertigkeitengruppe Skillstraining (DBT/Borderline)
Hirnverletzung (Angehörige)
Parkinson
Psychische Krankheiten (Angehörige)
Recovery
Soziales Kompetenztraining
Stimmenhören
Suizid (Hinterbliebene von 14 bis 30 J.)
Tinnitus
Trauerbegleitung

Selbsthilfegruppen im Aufbau

Frauengespräche (ab 45 J.)
Gebärmutterentfernung
Hämopyrrolaktamurie (HPU)
Introvertierte Menschen
Junge Menschen mit Ängsten/Verunsicherung (ab 18 J.)
Kinderlosigkeit
Kinderwunsch
Partnerschaft zwischen Nicht-AutistInnen und AutistInnen
Schlafstörungen (Video-Selbsthilfegruppe)
Suchtkrankheit (Elterngruppe)
Verlustangst