

Wege aus der Sucht

Adressliste für Betroffene und Angehörige
Stand: Juni 2026





Wo bekomme ich Hilfe? Wen kann ich anrufen? Und gibt es überhaupt ein passendes Angebot für mich?

Wir liefern die Antworten.

Die Angebote für Suchtkranke und deren Angehörige in Bochum – auf den ersten Blick wie ein wuseliger Busfahrplan am Bahnhof.

Da hilft nur eins: Klarheit und Orientierung!

In Bochum gibt es viele verschiedene Angebote für Suchtkranke und deren Angehörige. Darunter fallen z. B. Beratungsstellen, Kontaktstellen und Selbsthilfegruppen. Für welches dieser Angebote Sie sich entscheiden ist einzig und alleine Ihnen überlassen – Es gibt kein richtig oder falsch!

Auf den nachfolgenden Seiten finden Sie eine detaillierte Auflistung von Angeboten die Sie in Bochum oder sogar in Ihrem Stadtteil nutzen können. Darüber hinaus finden Sie Hinweise zu Informationsmaterialien und Internetadressen.

Ihr Team vom Kontakt- und Beratungszentrum der Suchthilfe „Pavillon“

Inhaltsverzeichnis

Allgemeine Einrichtungen

Notruf	7
Telefonseelsorge	7
T-Alk	7
Sozialpsychiatrischer Dienst Bochum	7
Suchthotline München	7
Online Selbsthilfe Glücksspiel	7
Medienambulanz	8
Arbeitsgemeinschaft Suchtgefährdeter und Abhängiger Menschen in NRW	8

Beratungsstellen

Alkohol, Medikamente, Drogen

Diakonie Ruhr Bochum	11
Arbeiterwohlfahrt Bochum	11
Caritasverband für Bochum und Wattenscheid	12
Caritasverband Kontakt- und Beratungszentrum	12
Caritas Suchthilfezentrum	12
Krisenhilfe	12
Sozialpsych. Dienst Bochum/Wattenscheid	13
Suchtberatung Caritasverband Dortmund.....	14
Fachstelle Sucht Datteln	14

Kontaktstellen

Suchthilfe „Pavillon“	17
Oase Selbsthilfe- und Kommunikationszentrum	17
Kontakt- und Begegnungsstätte der Caritas	18
Selbsthilfe-Kontaktstelle Haus der Begegnung	18

Selbsthilfegruppen in Bochum und Wattenscheid

Anonyme Alkoholiker und Al-Anon	21
Blaues Kreuz in der ev. Kirche Bochum-Werne	23
Deutscher Guttempler-Orden	25
Freundeskreis Rosenberg	25
Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe Wattenscheid	25
Kreuzbund-Gruppen in Bochum	26
Sucht Interessen Gemeinschaft Höntrop	27
Suchtselbsthilfegruppe Wattenscheid	28
Projekt Gruppe Gerthe	28

Selbsthilfegruppen für Betroffene mit Migrationshintergrund

Polska Misja Katolicka	31
Polnisch sprechende Selbsthilfegruppe	31

Selbsthilfegruppen für Drogenabhängige

Narcotics Anonymous	33
ARWED	34

Selbsthilfegruppen für Spielsüchtige

Selbsthilfegruppe für Spieler und Angehörige	37
--	----

Selbsthilfegruppen für Essgestörte

Overeaters Anonymous	
----------------------------	--

Allgemeine Einrichtungen

Notruf

Für Suchtgefährdete, Suchtkranke und deren Angehörige

24 Stunden erreichbar

☎ 0180 5313031 (14 Cent/Minute aus dem Festnetz)

Telefonseelsorge

☎ 0800 1110111 (kostenfrei)

☎ 0800 1110222 (kostenfrei)

T-Alk

Verein zur Unterstützung von Alkoholkranken

und deren Angehörigen

☎ 01577 9609926

info@t-alk.net

Sozialpsychiatrischer Dienst der Stadt Bochum

Westring 26

44787 Bochum

☎ 0234 910-3239

SuchtHotline München

Beratung (alle Suchtprobleme), Information,

Training zum Thema „Kontrolliertes Trinken“

über Zoom möglich

☎ 089 282822 (rund um die Uhr)

www.suchthotline.de

kontakt@suchthotline.info

Online Selbsthilfe Glücksspiel

www.selbsthilfegluecksspiel.de

Medienambulanz

der Klinik für Psychosomatische Medizin und Psycho-
therapie Internet- und Cybersexsucht

Alexandrinenstraße 1-3

44791 Bochum

☎ 0234 5077-3333

info-lwl-bochum@lwl.org

Arbeitsgemeinschaft der Rheinisch- Westfälischen Elternkreise suchtgefährdeter und abhängiger Menschen in NRW

Arbeitsgemeinschaft der Rheinisch-Westfälischen
Elternkreise drogengefährdeter und abhängiger
Menschen e.V. in NRW - ARWED

Gesundheitscampus-Süd 9

44801 Bochum

☎ 0234 298379-32

info@arwed-nrw.de

Beratungsstellen

Diakonie Ruhr Bochum

Kontakt- und Beratungszentrum der Suchthilfe „Pavillon“

Innere Mission-Diakonisches Werk Bochum e.V.

Maximilian-Kolbe-Straße 9

Eingang Schmidtstraße

44793 Bochum

☎ 0234 961080

suchthilfe@diakonie-ruhr.de

Arbeiterwohlfahrt Bochum

Suchtberatung

Unterbezirk Ruhr-Mitte

Herzogstraße 36

44807 Bochum

☎ 0234 50758-78

info@awo-ruhr-mitte.de

j.rupietta@awo-ruhr-mitte.de

Caritasverband für Bochum und Wattenscheid

Caritas-Suchthilfezentrum Bochum

In der Schuttenbeck 9

44892 Bochum

☎ 0234 430531

suchtkrankenhilfe@caritas-bochum.de

Caritasverband Ruhr-Mitte e.V. Kontakt-und Beratungszentrum

Lüsender Straße 3

44892 Bochum

☎ 0234 2989172

suchtberatung@caritas-bochum.de

Caritas-Suchthilfezentrum Bochum

Beratungsstelle Wattenscheid

Propst-Hellmich-Promenade 29

44866 Bochum

☎ 02327 946110

suchtkrankenhilfe@caritas-bochum.de

Krisenhilfe e.V. Bochum

Drogenberatung

Katharinastraße 5-7

44793 Bochum

☎ 0234 5479433

drogenberatung@krisenhilfe-bochum.de

Fachstelle für Suchtvorbeugung

Katharinastraße 5-7

44793 Bochum

☎ 0234 2399409

ffs@krisenhilfe-bochum.de

inEchtzeit

Beratungsstelle für synthetische Drogen und

Cannabis der Krisenhilfe

Katharinastraße 5-7

44793 Bochum

☎ 0234 309438

info@inechtzeit.net

Methadonambulanz

Viktoriastraße 67

44787 Bochum

☎ 0234 9647822

methadonambulanz@krisenhilfe-bochum.de

Sozialpsychiatrischer Dienst der Stadt Bochum/Wattenscheid

Beratungsstelle für Alkohol- und Medikamentenabhängige
und deren Angehörige

Sommerdellenstraße 26

44866 Bochum

☎ 02327 2240411

www.bochum.de

Fachstelle Sucht

Alkohol, Medikamente, Pathologisches Glücksspiel,
und problematische Computernutzung

Ewaldstraße 72

45699 Herten

☎ 02366 106730

www.sucht@diakonie-kreis-re.de

Suchtberatung für Alkohol, Medikamente, Glücksspiel, Medien

Caritasverband Dortmund e.V.

Stefanstraße 2

44135 Dortmund

☎ 0231 7260-2220

suchtberatung@caritas-dortmund.de

Fachstelle Sucht

Alkohol, Medikamente, Pathologisches Glücksspiel
und problematische Computernutzung

Pevelingstraße 30

45711 Datteln

☎ 02363 565030

suchtdatteln@diakonie-kreis-re.de

Kontaktstellen

Kontakt- und Beratungszentrum der Suchthilfe „Pavillon“

Innere Mission- Diakonisches Werk Bochum

Maximilian-Kolbe-Straße 9

Eingang Schmidtstraße

44793 Bochum

☎ 0234 961080

suchthilfe@diakonie-ruhr.de

Offenes Treffen im „Pavillon“- Café

Montag bis Donnerstag: 12:30-16 Uhr

Die Teilnahme an den wechselnden ergotherapeutischen Angeboten (Flyer in der Beratungsstelle erhältlich) ist nach Absprache in der Beratungsstelle möglich.

Gruppenangebot

Info- und Austauschgruppe: Mittwoch, 16:30-18 Uhr

OASE

Selbsthilfe- und Kommunikationszentrum

Bochum-Querenburg

Buscheyplatz 3

44801 Bochum

☎ 0234 3222332

www.rub.de/oase, oase@rub.de

Montag bis Donnerstag: 11-20 Uhr

Freitag: 8-14:30 Uhr

Kontakt- und Begegnungsstätte des Caritasverbandes Ruhr-Mitte e.V.

Lünsender Straße 3

44892 Bochum

☎ 0234 2989170

suchtberatung@caritas-bochum.de

Montag und Dienstag: 14:30-17 Uhr

Donnerstag und Freitag: 10-13 Uhr

Selbsthilfekontaktstelle des Paritätischen im Haus der Begegnung

Alsenstraße 19 a

44789 Bochum

☎ 0234 23991111

selbsthilfe-bochum@paritaet-nrw.org

Montag und Dienstag: 10-13 Uhr

Mittwoch: 15-17 Uhr

Donnerstag: 10-12 Uhr und 15-18 Uhr

Selbsthilfegruppen

Anonyme Alkoholiker und Al-Anon in Bochum und Wattenscheid

☎ Notruf in Bochum: 0178 2830723

www.anonyme-alkoholiker.de

Bochum-Mitte

Kontakt- und Beratungszentrum der Suchthilfe „Pavillon“

Innere Mission- Diakonisches Werk Bochum e.V.

Maximilian-Kolbe-Straße 9

44793 Bochum

Sonntag: 11-13 Uhr

Bochum-Mitte

Ev. Gemeindehaus Pauluskirche

Pariser Straße 6

44787 Bochum

Montag: 19:30 Uhr

Bochum-Langendreer

Beratungsstelle

Hasselbrinkstraße 29

44892 Bochum

Mittwoch: 19.30 Uhr

Bochum-Langendreer

Kontaktstelle der Psychosozialen Hilfen Bochum

Stiftstraße 36 a

44892 Bochum

Donnerstag: 19:45 Uhr

Bochum-Mitte

Gemeindehaus der Pauluskirche

Pariser Straße 6

44787 Bochum

Samstag: 15:30 Uhr

Bochum-Wattenscheid

Gemeindezentrum Alte Kirche

Alter Markt 5

44866 Bochum

Donnerstag: 19:30 Uhr

Al-Anon-Gruppe Bochum Mitte

Gemeindehaus Melanchthonkirche

Königsallee 48

44789 Bochum

Dienstag: 20 Uhr

Al-Anon-Gruppe Bochum Langendreer

Stiftstraße 36 a

44892 Bochum

Donnerstag: 19:45 Uhr

Blaues Kreuz in der evangelischen Kirche

Bochum-Werne

Gemeindehaus

Erich-Brühmann-Haus

Kreyenfeldstraße 36

44894 Bochum

☎ 0151 53717345

bochum-werne@bke-nrw.de

Gruppenabende: Donnerstag und Freitag: 19-21 Uhr

Bochum-Wattenscheid

Gemeindezentrum Alte Kirche

Alter Markt 5

44866 Bochum

Mittwoch: 19 Uhr

Sportcafé „Ziemlich gute Freunde“

Ev. Gemeindehaus Jugendbereich

Matthäusstr. 3

44795 Bochum

Freitag: 17-18:30 Uhr

Sporthalle Wattenscheid

Flöz Finefrau 12

44866 Bochum

Tischtennis: Montag 18:30-21:30 Uhr

Tischtennis und Badminton: Freitag 18:30-21:30 Uhr

Sporthalle der MCS-Schule Weitmar

Nevelstraße 3

44795 Bochum

Hallenfußball: Freitag, 18-19 Uhr

Tischtennis: Freitag, 19-22 Uhr

Lauftreff: Freitag, 19 Uhr

☎ 0163 1645124

manfredlangheit@t-online.de

www.facebook.com/ziemlichgutefreunde

Sporthalle Bochum Weitmar

Lange Malterse 18

44795 Bochum

Mehrgenerationssport, Spielerische Gymnastik:

Donnerstag, 18-19:30 Uhr

Deutscher Guttempler-Orden

in Bochum und Wattenscheid

Halbachstraße 1

44793 Bochum

☎ 0234 12613

www.guttempler-nrw.de

Dienstag: 18 Uhr

Freundeskreis Rosenberg

Kontakt- und Beratungszentrum der Suchthilfe „Pavillon“

Innere Mission – Diakonisches Werk Bochum e.V.

Maximilian-Kolbe-Straße 9

Eingang Schmidtstraße

44793 Bochum

☎ 0234 91794167

☎ 0176 34336736

info@freundeskreis-rosenberg.de

Dienstag: 18 -19.30 Uhr

Donnerstag: 18 - 20 Uhr

Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe Wattenscheid

Bochum-Wattenscheid

„Haus der Caritas“

An der Papenburg 23

44866 Bochum

☎ 02327 55401

Erstkontakte: Dienstag, 18:15 Uhr

Gruppenstunde für Betroffene und Angehörige:

Dienstag: 18:45-20.30 Uhr

Kreuzbund-Gruppen in Bochum

Gruppe Bochum-Mitte 1

Lohbergstraße 2 a (Caritas)

44789 Bochum

☎ 0234 238611

Erstgespräch: Samstag, 17-19:15 Uhr

Gruppe Bochum-Mitte 2

Lohbergstraße 2 a (Caritas)

44789 Bochum

☎ 02323 9571174

Immer mittwochs, 17 Uhr

Gruppe Bochum-Linden

Hattinger Straße 814 a (Jugendheim Liebfrauen-Gemeinde)

44879 Bochum

☎ 02327 9942787

Treffen jeden 1., 3. und ggfs. 5. Samstag im Monat, 17 Uhr

Gruppe-Bochum-Langendreer

Alte Bahnhofstraße 182 a

(St. Marien-Gemeinde, Obere Sakristei)

44892 Bochum

☎ 0234 289451

Immer dienstags, 19 Uhr

Gruppe Bochum Langendreer-West

Lünsender Straße 3 (Caritas)

44892 Bochum

☎ 02323 9571174

Immer dienstags, 17 Uhr

Gruppe Bochum Langendreer-Ost

Lünsender Straße 3 (Caritas)

44892 Bochum

☎ 0231 619548

Immer freitags, 16 Uhr

Gruppe Bochum Langendreer-Süd

Lünsender Straße 3 (Caritas)

44892 Bochum

☎ 02302 1761360

Immer freitags, 17.30 Uhr

Sucht Interessen Gemeinschaft Höntrop

AWO Centrum Cultur

August-Bebel-Platz 2 a

44866 Bochum

☎ 0152 53741999

☎ 0157 54844066

Donnerstag: 19-21 Uhr

Suchtselbsthilfegruppe Wattenscheid (SSHG)

Evangelisches Gemeindehaus Bochum-Höntrop

Emilstraße 6

44869 Bochum

Mittwoch und Donnerstag: 19-21 Uhr

Martin-Luther-Krankenhaus

Voedestr. 79

44866 Bochum Wattenscheid

☎ 0177 2423757 und 0177 5458546

info@sshg-wattenscheid.de

Dienstag: 20-21:30 Uhr

Projekt Gruppe Gerthe

AWO Rosenberg

Haydnstraße 6

44805 Bochum

☎ 0234 233407 und 0234 852462

☎ 0175 2412660 und 0171 3893045

www.projekt-gerthe.de

projekt-gerthe@freenet.de

Montag: 19-21 Uhr

Selbsthilfegruppen für Betroffene mit Migrationshintergrund

Polska Misja Katolicka

AA-Gruppe

Stühmeyerstraße 41

44787 Bochum

☎ 0157 51191888

Mittwoch: 19-21 Uhr

AA-Gruppe

Rheinische Str. 174

44147 Dortmund

☎0157 51191888

Immer samstags, 18 Uhr

AA-Gruppe

Altendorfer Str. 391

45143 Essen

☎ 0157 35218747

Immer montags, 19 Uhr

Polnisch sprechende Selbsthilfegruppe

Nadzija „Hoffnung“

Gemeinderaum der kath. Kirche Clemens-Maria-Hofbauer

Hirtsieferstraße 13

45143 Essen

☎ 0201 672240

Donnerstag: 19:30 - 21 Uhr

Selbsthilfegruppen für Drogenabhängige

Narcotics Anonymous

☎ 0800 4453362

☎ Bochum: 0234 54270924

Meeting „Es gibt einen Weg“

Gemeindehaus der Pauluskirche

Pariser Straße 4-6

44787 Bochum

Mittwoch: 19-20.30 Uhr

Meeting „Wenn ich es kann, kannst du es auch“

Gemeindehaus

Am Krankenhaus 2

44866 Bochum

Immer donnerstags, 18:30-20 Uhr

Meeting „Narcotics Anonymus“

Kontakt- und Beratungszentrum der Suchthilfe “Pavillon”

Diakonie Ruhr GmbH

Maximilian-Kolbe-Straße 9

44793 Bochum

Immer freitags, 18-19:30 Uhr

Meeting „Fluchtpunkt“

Krisenhilfe Bochum e.V.

Katharinastraße 5-7

44793 Bochum

Sonntag: 18-19:30 Uhr

Bochum-Wattenscheid Meeting

Martin-Luther-Krankenhaus

Voedestraße 79

44866 Bochum

Dienstag: 16-17:30 Uhr

ARWED Selbsthilfegruppe für Eltern und Angehörige von Drogenabhängigen

Haus der Begegnung

Alsenstraße 19a

44789 Bochum

☎ 0170 2607612

www.elternkreis-bochum.de

Jeden 2. Donnerstag im Monat, 19 Uhr

Selbsthilfegruppen für Spielsüchtige

Selbsthilfegruppe für Spieler und Angehörige

Gemeindehaus der ev. Kirchengemeinde

Karl-Friedrich-Straße 65 a

44795 Bochum

☎ 0174 9541245

Dienstag: 19:30-21:45 Uhr

Selbsthilfegruppen für Essgestörte

Overeaters Anonymous

Auf dem Aspei 42

44801 Bochum

☎ 0163 6862855

Immer mittwochs, 19:15 Uhr

Herausgeber

Kontakt- und Beratungszentrum der Suchthilfe Pavillon

Innere Mission

Diakonisches Werk Bochum

Maximilian-Kolbe-Straße 9

44793 Bochum

☎ 0234 961080

suchthilfe@diakonie-ruhr.de

www.diakonie-ruhr.de

Weitere Informationsquellen

Websites

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA):

www.bzga.de

Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e. V. (DHS):

www.dhs.de

Apps

Suchtpräventions-App für Jugendliche: blu_app

Bücherempfehlungen

Ralf Schneider: „Die Suchtfibel“

Verlag: Schneider Hohengehren

Johannes Lindenmeyer: „Lieber schlau als blau“

Verlag: Beltz

Mit freundlicher Unterstützung von