DIE KONTAKTBÜROS PFLEGESELBSTHILFE

- Informieren Interessierte über bereits bestehende Selbsthilfegruppen für Pflegebedürftige und pflegende Angehörige
- Begleiten und unterstützen bestehende Gruppen
- Helfen bei Gründung und Aufbau neuer Selbsthilfegruppen
- Organisieren die finanzielle Förderung der Gruppen
- Führen Veranstaltungen und Treffen durch
- Verweisen auf professionelle Hilfsangebote

STANDORTE

Kontakt und Informationsstelle für Selbsthilfe EN-Süd
Kölner Str. 25 | 58285 Gevelsberg

Alzheimer Gesellschaft Hattingen-Sprockhövel e.V.
Oststraße 1 | 45525 Hattingen

Kontakt und Informationsstelle für Selbsthilfe Hattingen/Sprockhövel
Kirchplatz 19 | 45525 Hattingen

Selbsthilfe-Kontaktstelle Witten|Wetter|Herdecke
Dortmunder Straße 13 | 58455 Witten

DER PARITÄTISCHE ENNEPE-RUHR-KREIS

Hattingen-Sprockhövel e.V.

Diakonie Mark-Ruhr

Ennepe-Ruhr-Kreis

Das Landesnetz Pflegeselbsthilfe wird koordiniert vom Kuratorium Deutsche Altershilfe und ist in der Fach- und Koordinierungsstelle der Regionalbüros Alter, Pflege und Demenz angesiedelt. Weitere Informationen unter: **www.pflegeselbsthilfe.de**

Gefördert von:

Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales des Landes Nordrhein-Westfalen

LANDESVERBÄNDE DER PFLEGEKASSEN

PKV Verband der Privaten Krankenversicherung

Fotos: Seventyfour | stock.adobe.com (Titel); pressmaster | stock.adobe.com; DragonImages | stock.adobe.com; AYA images | stock.adobe.com

DAS KONTAKTBÜRO PFLEGESELBSTHILFE ENNEPE-RUHR-KREIS

PFLEGE SELBSTHILFE NRW

PFLEGESELBSTHILFE

In Nordrhein-Westfalen leben rund 770 000 Pflegebedürftige und geschätzt eine Million pflegende Angehörige. Häusliche Pflege und Unterstützung geht einher mit neuen Herausforderungen sowie Veränderungen in der eigenen Familie. Damit sind Pflegebedürftige und pflegende Angehörige allerdings nicht allein.

Durch die **PFLEGE**SELBSTHILFE erfährt man als Pflegender Entlastung und fühlt sich nicht alleine. Sie ermöglicht Ihnen in einer offenen und vertrauensvollen Atmosphäre mit anderen Menschen in ähnlichen Situationen in den Austausch zu kommen. Dies kann bei ganz unterschiedlichen gemeinsamen Aktivitäten stattfinden. Gespräche mit anderen und das dort entgegengebrachte Verständnis tun gut und können emotional entlasten. Informationen und Tipps aus der Sicht von Erfahrenen unterstützen dabei, Herausforderungen in der Pflege besser zu bewältigen und sich selbst dabei nicht aus den Augen zu verlieren.

DAS KONTAKTBÜRO **PFLEGE**SELBSTHILFE ENNEPE-RUHR-KREIS

Unsere Angebote

- Beratung telefonisch, persönlich, per Video-Chat oder E-Mail möglich
- kostenlos und vertraulich
- ergänzend zu anderen Beratungsangeboten

Weitere Informationen finden Sie auf www.pflegeselbsthilfe-en.de

INFORMATION UND BERATUNG

Sprechzeiten

Tel. 02302 42 15 22

Montag **11.00 – 14.00 Uhr**
Dienstag **15.00 – 17.00 Uhr**
pflegeselbsthilfe-en@paritaet-nrw.org

Mittwoch **13.00 – 14.00 Uhr**
kiss.hattingen@diakonie-mark-ruhr.de

Donnerstag **11.00 – 14.00 Uhr**
kops@alzheimer-hsp.de

sowie nach Vereinbarung.