



**PFLEGE
SELBSTHILFE
NRW**

**Hier finden Sie Rat und Unterstützung:
Kontaktbüros Pflegeselbsthilfe**



Hier geht es um Sie!

In Nordrhein-Westfalen leben rund 770 000 Pflegebedürftige und geschätzt eine Million pflegende Angehörige. Die Pflege eines Angehörigen ist eine große Verantwortung. Auch wenn diese oft freiwillig übernommen wird, kann sie schnell zu einer emotionalen, manchmal auch körperlichen Belastung werden. Aus Sorge, die übernommene Aufgabe nicht gut genug zu erfüllen, werden oft eigene Grenzen überschritten.

In dieser Zeit kann die Pflegeselbsthilfe für Sie da sein.

Eine Selbsthilfegruppe oder ein Gesprächskreis für pflegende Angehörige ermöglicht Ihnen, in einer offenen und vertrauensvollen Atmosphäre über sich zu sprechen. Gefühle und Sorgen haben ihren Platz, aber auch die schönen und dankbaren Momente einer Pflege.

Gespräche mit anderen pflegenden Angehörigen und das dort entgegengebrachte Verständnis tun gut und können Sie emotional entlasten. Informationen und Tipps aus der Sicht von Erfahrenen unterstützen dabei, die täglichen Herausforderungen der Pflege besser zu bewältigen und sich dabei nicht aus den Augen zu verlieren.

Kontaktbüros Pflegeselbsthilfe (KoPS) informieren und bieten pflegenden Angehörigen sowie Pflegebedürftigen eine Möglichkeit der Entlastung durch die Teilnahme an Pflegeselbsthilfegruppen an.

Das Land Nordrhein-Westfalen, die Landesverbände der Pflegekassen und der Verband der Privaten Krankenversicherung fördern seit 2017 den Auf- und Ausbau von Pflegeselbsthilfe-Strukturen. Dazu gehören Pflegeselbsthilfegruppen und die Kontaktbüros Pflegeselbsthilfe (KoPS).

Die Kontaktbüros Pflegeselbsthilfe

- informieren Interessierte über bereits bestehende Selbsthilfegruppen für pflegende Angehörige oder Pflegebedürftige
- 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

Sie suchen ein passendes Selbsthilfeangebot?

Vielleicht möchten Sie sogar selbst eine Pflegeselbsthilfegruppe aufbauen? Sie sind bereits in einem Gesprächskreis und möchten Fördermittel für Ihre Gruppe beantragen?

Bei diesen und anderen Fragen zum Thema Pflegeselbsthilfe wenden Sie sich bitte an das Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe in Ihrer Nähe. Die Telefonnummern finden Sie auf den nächsten Seiten.

Wir freuen uns auf Sie!



Kontaktbüros Pflegeselbsthilfe in Nordrhein-Westfalen

Der Übersicht entnehmen Sie bitte, welches Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe (KoPS) für Ihren Kreis oder Ihre kreisfreie Stadt zuständig ist. Sollten Sie in Ihrer Region kein Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe finden, wenden Sie sich bitte an das nächstgelegene Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe.

Zuständig für alle Kreise und kreisfreien Städte ohne Kontaktbüro einer lokalen/regionalen Alzheimer Gesellschaft: Landesverband Alzheimer Gesellschaften NRW (KoPS-Patenmodell NRW)

- **KoPS-Patenmodell NRW
Landesverband Alzheimer
Gesellschaften NRW e.V.**
Hauptstandort:
Annettenweg 18
48366 Laer
Tel.: 02554 917610

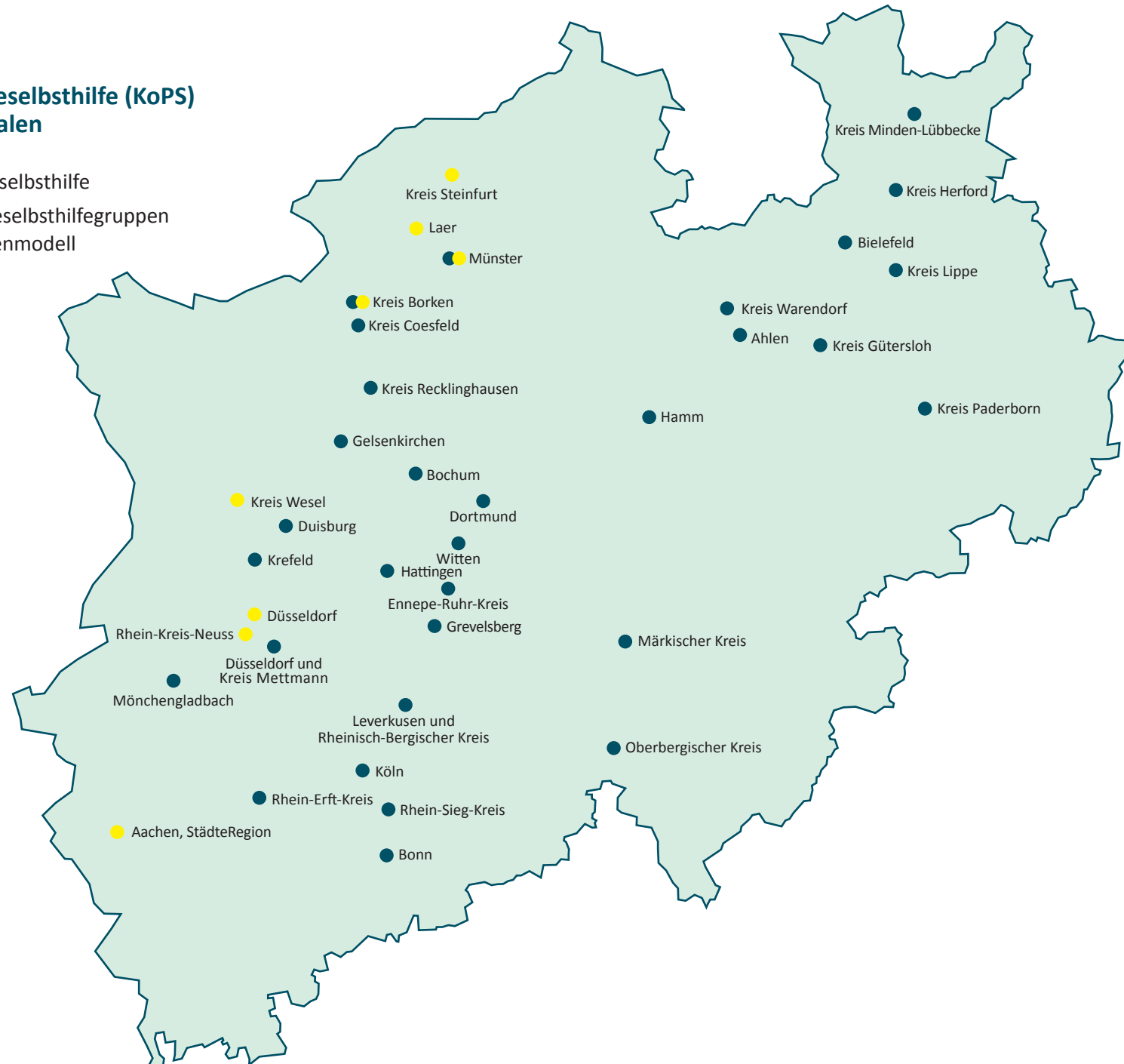
- **KoPS-Patenmodell NRW
Landesverband Alzheimer
Gesellschaften NRW e.V.**
Nebenstandort:
Bergische Landstr. 2
40629 Düsseldorf
Tel.: 0211 4086910

Weitere Kontaktbüros Pflegeselbsthilfe in Nordrhein-Westfalen:

- **Aachen, StädteRegion
Landesverband Alzheimer
Gesellschaft NRW e.V.**
KoPS-Patenmodell NRW
Kontaktdaten: siehe S. 4
- **Bonn
Der Paritätische**
Lotharstr. 95
53115 Bonn
Tel.: 0228 94933344
- **Bielefeld
Der Paritätische**
Stapenhorststr. 5
33615 Bielefeld
Tel.: 0521 9640670
- **Borken
Der Paritätische**
Graf-Friedrich-Straße 24
46325 Borken
Tel.: 02861 6053101
- **Bochum
Alzheimer Gesellschaft e.V.**
Universitätsstr. 77
44789 Bochum
Tel.: 0234 337772
- **Landesverband Alzheimer
Gesellschaft NRW e.V.**
KoPS-Patenmodell NRW
Kontaktdaten: siehe S. 4
- **Kreis Coesfeld
Der Paritätische**
Bahnhofstr. 23
48653 Coesfeld
Tel.: 02541 8445734

Kontaktbüros Pflegeselbsthilfe (KoPS) in Nordrhein-Westfalen

- Kontaktbüros Pflegeselbsthilfe
- Standorte der Pflegeselbsthilfegruppen nach dem KoPS-Patenmodell



● **Dortmund**
PariSozial gGmbH
Ostenhellweg 42-48
44135 Dortmund
Tel.: 0231 18998954

Ennepe-Ruhr-Kreis
Ennepe-Ruhr-Kreis Süd
Kölner Straße 25
58285 Gevelsberg
Tel.: 02332 664032

● **Hamm**
Alzheimer Gesellschaft e.V.
Alter Uentropener Weg 24
59071 Hamm
Tel.: 02381 8768859

Alexianer Krefeld GmbH
Oberdießemerstr. 111
47805 Krefeld
Tel.: 02151 3347362

● **Duisburg**
Alzheimer Gesellschaft e.V.
Wintgensstr. 63-71
47058 Duisburg
Tel.: 0203 3095104

Alzheimer Gesellschaft e.V.
Hattingen-Sprockhövel
Oststraße 1
45525 Hattingen
Tel.: 02324 685620

Der Paritätische
Bahnhofstr. 4
59065 Hamm
Tel.: 02381 914515

● **Leverkusen und**
Rheinisch-Bergischer Kreis
Der Paritätische
Paffrather Str. 70
51265 Bergisch-Gladbach
Tel.: 02202 9368930

● **Düsseldorf und**
Kreis Mettmann
Alzheimer Gesellschaft e.V.
Bergische Landstr. 2
40629 Düsseldorf
Tel.: 0211 2801759

● **Gelsenkirchen**
Der Paritätische
Dickampstraße 12
45879 Gelsenkirchen
Tel.: 0209 9132823

● **Kreis Herford**
Leben-Wohnen-Begegnen e.V.
Bertolt-Brecht-Str. 11
32120 Hiddenhausen
Tel.: 05224 937563

● **Kreis Lippe**
PariSozial gGmbH
Bismarckstraße 8
32756 Detmold
Tel.: 05231 991529

● **Ennepe-Ruhr-Kreis**
Der Paritätische
Witten-Wetter-Herdecke
Dortmunder Straße 13
58455 Witten
Tel.: 02302 421522

Alzheimer Gesellschaft e.V.
Kirchstr. 51
45879 Gelsenkirchen
Tel.: 0209 1580646

● **Köln**
Der Paritätische
Marsilstein 4-6
50676 Köln
Tel.: 0221 95154233

● **Märkischer Kreis**
Der Paritätische
Friedrichstraße 30
58507 Lüdenscheid
Tel.: 02351 988925

Diakonie
Hattingen
Kirchplatz 19
45525 Hattingen
Tel.: 02324 954979

● **Kreis Gütersloh**
Kreis Gütersloh
Blessenstätte 1
33330 Gütersloh
Tel.: 05241 822104

● **Krefeld**
Gatherhof gGmbH
Mühlenstraße 42
47798 Krefeld
Tel.: 02151 9619062

● **Kreis Minden-Lübbecke**
Alzheimer Gesellschaft e.V.
Goethestr. 42
32427 Minden
Tel.: 0571 9742969

PariSozial gGmbH

Simeonstr. 17-19
32423 Minden
Tel: 0571 8280215

● **Mönchengladbach**

PariSozial gGmbH

Friedhofstr. 39
41236 Mönchengladbach
Tel.: 0176 47770686

● **Münster**

Der Paritätische

Dahlweg 112
48153 Münster
Tel.: 0251 60933234

**Landesverband Alzheimer
Gesellschaften NRW e.V.**

KoPS-Patenmodell NRW
Kontaktdaten: siehe S. 4

● **Oberbergischer Kreis**

Der Paritätische

Am Wiedenhof 1-3
51645 Gummersbach
Tel.: 0172 5643468

● **Kreis Paderborn**

Der Paritätische

Bleichstr. 39a
33102 Paderborn
Tel.: 05251 3902201

● **Kreis Recklinghausen**

Der Paritätische

Oerweg 38
45657 Recklinghausen
Tel.: 02361 109737

● **Rhein-Kreis-Neuss**

**Landesverband Alzheimer
Gesellschaften NRW e.V.**

KoPS-Patenmodell NRW
Kontaktdaten: siehe S. 4

● **Rhein-Erft-Kreis**

Alzheimer Gesellschaft e.V.

Bonnstr. 195 a
50354 Hürth
Tel.: 0157 34702309

● **Rhein-Sieg-Kreis**

Der Paritätische

Landgrafenstr. 1
53842 Troisdorf
Tel.: 02241 4939301

● **Kreis Steinfurt**

**Landesverband Alzheimer
Gesellschaften NRW e.V.**

KoPS-Patenmodell NRW
Kontaktdaten: siehe S. 4

● **Kreis Warendorf**

Der Paritätische

Waterstroate 6
48231 Warendorf
Tel.: 02581 9413300

Alzheimer Gesellschaft e.V.

Wilhelmstraße 5
59227 Ahlen
Tel.: 02382 94099710

● **Kreis Wesel NRW**

**Landesverband Alzheimer
Gesellschaften NRW e.V.**

KoPS-Patenmodell NRW
Kontaktdaten: siehe S. 4



Weitere Informationen zu den Kontaktbüros Pflegeselbsthilfe
erhalten Sie auch auf www.pflegewegweiser-nrw.de

Ein Angebot von:

Pflegewegweiser NRW

c/o Verbraucherzentrale NRW e.V.

Mintropstraße 27

40215 Düsseldorf

Tel.: 0211 3809-0



PFLEGE WEGWEISER NRW

Für Pflegebedürftige
und Angehörige

Gefördert von:

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



**LANDESVERBÄNDE
DER PFLEGEKASSEN**

