

SELBSTSTÄNDIG HILFEERFAHREN IN GRUPPEN

*Pflegende
Angehörige*

Sie interessieren sich für eine Selbsthilfegruppe für „Pflegende Angehörige“?

In diesem Faltblatt haben wir Ihnen eine Liste der aktuell bestehenden Gruppen erstellt. Alle Gruppen sind für „Pflegende Angehörige“. Die Selbsthilfegruppen treffen sich in Hannover oder in der Umgebung von Hannover.

In Selbsthilfegruppen kommen betroffene Menschen aktiv zusammen. Alle haben ein gemeinsames Thema und erleben belastende Lebenssituationen. Gemeinsam können alle Menschen in einer Selbsthilfegruppe am Umgang mit ihren Problemen arbeiten. Sie können zusammen nach Lösungen und Entlastung suchen. Sie können sich austauschen und sich gegenseitig helfen und unterstützen. Sie sind selbst die Expert*innen für ihre Themen.

In der Selbsthilfegruppe finden Betroffene:
Verständnis, Vertrauen und Rückhalt.



Die KIBIS (Kontakt-, Informations- und Beratungsstelle im Selbsthilfebereich) unterstützt und fördert die Selbsthilfearbeit in der Region Hannover. Es gibt die KIBIS seit 1986. Träger*in ist Paritätischer Hannover gGmbH.

Die KIBIS berät Menschen ...

- ... die eine Selbsthilfegruppe suchen
- ... die eine Selbsthilfegruppen gründen wollen
- ... die sich für Selbsthilfegruppen interessieren
- ... die in einer Selbsthilfegruppe aktiv sind

Sie finden die passende Gruppe nicht in diesem Faltblatt? Sie suchen eine Selbsthilfegruppe zu einem anderen Thema? Zum Beispiel zu Sucht, chronischen oder psychischen Erkrankungen? Nehmen Sie gern Kontakt zu uns auf. (Unsere Kontaktdaten finden Sie rechts)



Kontakt - Informations und Beratungsstelle
Im Selbsthilfebereich
Gartenstraße 18
30161 Hannover

www.kibis-hannover.de

Tel.: 0511- 66 65 67

Telefonische Sprechzeit:

Mo, Di und Do
9-12 Uhr und 13-16 Uhr

Mi 16-19 Uhr

persönlich nach Vereinbarung

info@kibis-hannover.de

Eine Vermittlung in Selbsthilfegruppen kann nicht über E-Mail erfolgen.

Fax: 0511- 9 62 91-66



Träger: Paritätischer Hannover gGmbH



Selbsthilfegruppe Treffpunkt

Burgdorf

Schlaganfall Selbsthilfegruppe Burgdorf / Lehrte

Besuch der Treffen ohne vorherige Kontaktaufnahme erwünscht!
jeden 2. Montag im Monat 17:00 Uhr
Senioren- und Pflegestützpunkt
Hannoversche Neustadt 53
31303 Burgdorf

Birgit Perlich
05 11 - 73 98 88
birgit.perlich@gmx.de

Marzena Fiedler
01 77 - 2 03 54 46
marzena.fiedler@web.de

Alzheimer Gesellschaft Hannover e.V. Gesprächskreis für pflegende Angehörige von demenziell Erkrankten

Vorherige Kontaktaufnahme erforderlich!
jeden 4. Donnerstag im Monat
19:00 - 21:00 Uhr
Senioren- und Pflegestützpunkt
Hannoversche Neustadt 53
31303 Burgdorf

Theresia Urbons
0 51 36 - 9 76 99 20
t.urbons@alzheimergesellschaft-hannover.de
www.alzheimergesellschaft-hannover.de/

Selbsthilfegruppe Treffpunkt

Wedemark

Gesprächskreis für pflegende Angehörige von Demenzkranken

Besuch der Treffen ohne vorherige Kontaktaufnahme erwünscht!
jeden letzten Dienstag im Monat
Bürgerhaus Bissendorf
Am Markt 1
30900 Wedemark

In offenen Gesprächen versuchen die Teilnehmer*innen sich auszutauschen und zu stärken
Monika Hoffmeister
0 51 30 - 54 00
monika.hoffmeister@online.de
Klaus Makowka
0 51 30 - 9 75 99 54
0 51 30 - 82 33
klausernstmakowka@gmail.com

Lehrte

Partner*innen von Demenzerkrankten in Lehrte

Besuch der Treffen ohne vorherige Kontaktaufnahme erwünscht!
jeden 3. Mittwoch im Monat
14:30 Uhr
Begegnungsstätte
Goethestraße 12
31275 Lehrte

Austausch pflegender Angehöriger von Demenzerkrankten
Karin Hollemann
01 77 - 6 05 06 47
Karin.Hollemann56@gmx.de
Elvira Teschmit-Bartels
01 63 - 86 35 63
desiree-bartels@t-online.de

Gehrden

Demenz-Selbsthilfegruppe

Besuch der Treffen ohne vorherige Kontaktaufnahme erwünscht!
jeden 3. Freitag im Monat
16:00 - 17:30 Uhr
Mehrgenerationen-Treff
Gehrden
Steinweg 17/19
30989 Gehrden

Betroffene, Angehörige, Freunde, Nachbarn etc., Austausch, Unterstützung, Informationsweitergabe, wenn gewünscht
Vorträge, Freizeitgestaltung
Gisela Wicke
01 51 - 68 13 48 45
giselawicke52@gmail.com
www.mgt-gehrden.de



SELBSTSTÄNDIG HILFE ERFAHREN IN GRUPPEN

Selbsthilfegruppe Treffpunkt

Hannover - Stadt

Alzheimer Gesellschaft Hannover e.V.
Söhne und Töchter von Menschen mit Demenz
Angehörige von Menschen mit Demenz. Erfahrungsaustausch, Informationsweitergabe, emotionale Entlastung, gegenseitige Unterstützung
0511-215 74 65
Alzheimer-Gesellschaft-Han@t-online.de

Vorherige Kontaktaufnahme erforderlich!
jeden 3. Montag im Monat
18:00 - 20:00 Uhr

Alzheimer Gesellschaft Hannover e.V.
Gruppe für Partner*innen von Menschen mit Demenz im jüngeren Lebensalter
Angehörige von Menschen mit Demenz. Erfahrungsaustausch, Informationsweitergabe, emotionale Entlastung, gegenseitige Unterstützung
0511-215 74 65
Alzheimer-Gesellschaft-Han@t-online.de

Vorherige Kontaktaufnahme erforderlich!
jeden 1. Freitag im Monat,
16:30 - 18:30 Uhr

Viele Menschen pflegen ihre Angehörigen zuhause. Andere fahren täglich ins Pflegeheim, um sich dort zu kümmern. Diese besondere Lebenssituation ist eine große Herausforderung. Erschöpfung, Überforderung, psychische oder physische Belastungen können auftreten. Dazu kommen oft finanzielle Belastungen und Schuldgefühle. Manchmal haben pflegende Angehörige kaum noch andere Kontakte und sind einsam.

- > Fühlen Sie sich mit der Pflege von Angehörigen und der damit verbundenen Aufgabe und Verantwortung alleingelassen?
- > Wünschen Sie sich Unterstützung und Verständnis?
- > Sehnen Sie sich danach, zur Ruhe zu kommen und Kräfte zu tanken?
- > Möchten Sie sich über Schwierigkeiten und Probleme austauschen?
- > Wünschen Sie sich Tipps zur Erleichterung und Entlastung im Pflegealltag?

In Selbsthilfegruppen treffen Sie Menschen, die in der gleichen Lage sind wie Sie. Sie finden dort Hilfe für sich selbst und die eigene Pflege-Situation.

Es gibt unterschiedliche Schwerpunkte und Ziele in den einzelnen Gruppen. Die Selbsthilfegruppen für Pflegerische Angehörige ermöglichen einen Austausch zu den kleinen und großen Herausforderungen in Ihrem Pflege-Alltag.

In diesem Flyer finden Sie Selbsthilfegruppen für Pflegerische Angehörige in der Region Hannover.

Selbsthilfegruppe Treffpunkt

Alzheimer Gesellschaft Hannover e.V.
Gesprächskreis für pflegende Angehörige am Mittwoch
Angehörige von Menschen mit Demenz. Erfahrungsaustausch, Informationsweitergabe, emotionale Entlastung, gegenseitige Unterstützung
0511-215 74 65
Alzheimer-Gesellschaft-Han@t-online.de

Vorherige Kontaktaufnahme erforderlich!
jeden 1. Mittwoch im Monat,
10:00 - 12:00 Uhr

Alzheimer Gesellschaft Hannover e.V.
Gruppe für Partner*innen von Menschen mit Demenz
Angehörige von Menschen mit Demenz. Erfahrungsaustausch, Informationsweitergabe, emotionale Entlastung, gegenseitige Unterstützung
0511-215 74 65
Alzheimer-Gesellschaft-Han@t-online.de

Vorherige Kontaktaufnahme erforderlich!
jeden 2. Mittwoch im Monat,
14:30 - 16:00 Uhr

Selbsthilfegruppe Treffpunkt

Region Hannover

INTENSIVkinder Niedersachsen e.V.
Elternverein für schwerpflegebedürftige Kinder und junge Erwachsene Region Hannover
Verein für Eltern mit schwer pflegebedürftigen Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen, die unterschiedliche Erkrankungen/Behinderungen haben. Monatliche Frühstückstreffen der Eltern, meist in Ronnenberg/Empelde (Nähe Straßenbahn-Haltepunkt). Größere Elternveranstaltungen unregelmäßig, Infos auf der Homepage unter 'Termine'. Regelmäßige Freizeittreffen der Kinder, Jugendlichen und jungen Erwachsenen mit Behinderungen.
Anke Mill
0 51 37 - 12 88 18
info@intensivkinder-nds.de
www.intensivkinder-nds.de

Vorherige Kontaktaufnahme erforderlich!

Neustadt am Rübenberge

Alzheimer - Angehörigen - Gruppe - Neustadt
Unsere Selbsthilfegruppe richtet sich an Angehörige von Demenzerkrankten. Unsere Beweggründe sind: vertrauensvoller Erfahrungsaustausch, Wissensvermittlung für eine lebenswerte Alltagsgestaltung. Reflektion und Entlastung in der Gruppe.
Birgitt Daschner
0 51 37 - 82 14 63
birgidas@web.de

Vorherige Kontaktaufnahme erforderlich!
jeden 1. Donnerstag im Monat
17:00 - 19:00 Uhr
VZL
Suttorfer Str.8
31535 Neustadt a. Rbg.

Selbsthilfegruppe Treffpunkt

Barsinghausen

Gesprächskreis für pflegende/betreuende Angehörige von Menschen mit Demenz beim AWO OV Barsinghausen
Angehörige u. andere Personen, die einen Menschen mit Demenz pflegen bzw. sich kümmern.
Inhalte: Demenz(Ursache, Formen, Behandlung, Pflege, Betreuung)
Horst Merkel
05 11 - 5 46 38 49
horst_merkel@t-online.de

Besuch der Treffen ohne vorherige Kontaktaufnahme erwünscht!
6 X jährlich am 2. Montag im Februar, April, Juni, August, Oktober, Dezember
18:30 - 20:30 Uhr
Begegnungsstätte
Am Buchhorn 6
30890 Barsinghausen

Ingrid Wollenhaupt
051 05 - 6 39 67
ingridwpt@t-online.de

Sehnde

Gesprächskreis für pflegende/betreuende Angehörige von Menschen mit Demenz beim AWO OV Sehnde
Angehörige und andere Personen, die einen Menschen mit Demenz pflegen bzw. sich kümmern. Inhalte: Demenz (Ursache, Formen, Behandlung, Pflege, Betreuung)
Birgit Luck
0 51 38 - 50 31 69
birgit.luck@ds-luck.de

Besuch der Treffen ohne vorherige Kontaktaufnahme erwünscht!
jeden 2. Dienstag im Monat
18:30 - 20:30 Uhr
Begegnungsstätte der Stadt Sehnde
Peiner Str. 13
31319 Sehnde

Horst Merkel
05 11 - 5 46 38 49
horst_merkel@t-online.de