

Selbsthilfegruppe	Treffpunkt
<b>INTENSIVkinder zuhause e.V.</b> <b>- Elterngruppe schwerpflege-</b> <b>bedürftiger Kinder</b> Eltern schwer pflegebedürftiger Kinder oder schwerbehinderter Kinder  Rotraut Schiller-Specht 0511-4 34 08 67 intensivkinder.nds@gmx.de www.intensivkinder.de	Nach Absprache  Hannover
<b>Pflegende Männer</b>  H. Kliem 0174-2 01 50 60 G. Ehle 0163-8 12 61 00	Jeden 2. Mi. im Monat 20:00 Uhr  Freizeitheim Vahrenwald Vahrenwalder Str. 92 30165 Hannover  Hannover - Vahrenwald
<b>Schlaganfall-Selbsthilfegruppe</b> <b>Burgdorf/Lehrte/Peine</b> Angehörige von Schlaganfallbetroffenen und ähnlich Erkrankten  Ullrich Weber  05136 - 8 27 27  schlaganfall-shg-burgdorf-lehrte@arcor.de www.schlaganfall-niedersachsen.de	Jeden 2. Mo. im Monat 18:30 Uhr  Begegnungsstätte Herbstfreuden Wilhelmstr.18 31303 Burgdorf  Burgdorf
<b>Selbsthilfegruppe Pflegende Angehörige</b> Angehörige in unterschiedlichen Pflegesituationen (ambulant und stationär, alle Diagnosen)  Manuela Fenske-Mouanga  05136 - 89 73 11  hospizdienst.burgdorf@evlka.de www.ambulanter-hospizdienst.de	Mo. 19:00 - 20:30 Uhr  Haus der Diakonie Schillerslager Str. 9 31303 Burgdorf  Burgdorf



Die Zahl der pflegebedürftigen Menschen wird immer größer. Der Wunsch nach einer Pflege im häuslichen und familiären Umfeld steht bei Pflegebedürftigen sehr häufig im Vordergrund. Aus diesem Grund entscheiden sich viele Angehörige, diese notwendige und wertvolle Aufgabe zu übernehmen.

Nicht selten wird diese besondere Lebenssituation als Herausforderung empfunden, mit der Erschöpfung, Überforderung, psychische oder physische Belastungen einhergehen können. Aber auch finanzielle Belastungen, Schuldgefühle oder soziale Isolation können die Folgen sein.

- > 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 und Tipps zur Erleichterung und Entlastung des Pflegealltags sammeln?

In Selbsthilfegruppen finden Sie Menschen, die sich in ähnlichen Lebenssituationen befinden und spüren, dass Sie mit ihren Erfahrungen, Schwierigkeiten und Bedürfnissen nicht alleine sind.

Hier finden Sie Selbsthilfegruppen für Pflegende Angehörige aus der Region Hannover, die sich mit unterschiedlichen Schwerpunkten und Zielen zusammengefunden haben und den Rahmen eines gemeinsamen Austauschs ermöglichen.

#### Die AOK Hannover



unterstützt die Pflegenden Angehörigen in der Region Hannover und hat die Finanzierung dieses Falblattes übernommen.

# SELBSTSTÄNDIG HILFEERFAHREN IN GRUPPEN



#### KIBIS

Gartenstraße 18  
 30161 Hannover  
 Tel.: 0511-66 65 67  
 Telefonische Sprechzeiten:  
 Mo, Di, Do 9-12 und 13-16 Uhr, Mi 16-19 Uhr  
 Persönliche Beratung nach Vereinbarung  
 E-Mail: info@kibis-hannover.de  
[www.kibis-hannover.de](http://www.kibis-hannover.de)



12. 2012



www.grafolux.de



## Sie interessieren sich für Selbsthilfegruppen

### Suchen Sie eine Selbsthilfegruppe?

In diesem Faltblatt haben wir Ihnen eine Adressensammlung der zurzeit bestehenden Gruppen in der Region Hannover zusammengestellt, die sich mit dem Thema Pflegende Angehörige beschäftigen.

Selbsthilfe bedeutet, die eigenen Probleme in die Hand zu nehmen, aktiv zu werden und nach individuellen Lösungen zu suchen. In Selbsthilfegruppen kommen Menschen zusammen, die unter einem gemeinsamen Problem leiden, um mit vereinten Kräften ohne professionelle Leitung etwas zu dessen Überwindung beizutragen. Selbsthilfegruppen ermöglichen Menschen eine besondere Beziehung, die geprägt ist von Verständnis, wechselseitiger Unterstützung und Solidarität.



Die KIBIS (Kontakt-, Informations- und Beratungsstelle im Selbsthilfebereich) in Trägerschaft des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes unterstützt und fördert die Selbsthilfearbeit in der Region Hannover seit 1986.

Sie berät Menschen ...

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

Falls Sie nicht die passende Gruppe in diesem Faltblatt finden oder eine Selbsthilfegruppe zu einem ganz anderen Thema suchen (Sucht, chronische Erkrankung, Behinderung etc.), können Sie gerne direkt Kontakt zu uns aufnehmen (Kontaktdaten siehe Rückseite).

# SELBSTSTÄNDIG HILFE ERFAHREN IN GRUPPEN

Selbsthilfegruppe	Treffpunkt
<b>Alzheimer Angehörigen Gruppe Neustadt</b> Pflegende Angehörige von Demenzkranken, Erfahrungsaustausch, Reflexion und Wissensvermittlung Birgit Daschner 05137 - 821463 birgidas@web.de	Jeden 1. Di. im Monat 17:00 - 19:00 Uhr AOK Goethestr. 15 31535 Neustadt
<b>Alzheimer Gesellschaft Hannover e.V. Gruppe Bemerode</b> Pflegende Angehörige von Demenzkranken Birgit Jaster 0511 - 66 96 55 bjaster@gmx.net alzheimer-gesellschaft-han@t-online.de	Einmal monatlich 18:30 - 20:00 Uhr Pflegezentrum Heinemannhof Heinemannhof 1 30559 Hannover
<b>Alzheimer Gesellschaft Hannover e.V. Gruppe Misburg</b> Partner, Partnerinnen, Söhne, Töchter von Demenzkranken Gertrud Schade 0511 - 31 29 30 Joachim Goldschmidt 0511 - 65 22 39 jo.gold@arcor.de	14-tägig donnerstags

Selbsthilfegruppe	Treffpunkt
<b>BSK Bereich Selbsthilfe Körperbehinderter Hannover und Umgebung</b> Angehörige von Körperbehinderten jeglicher Ursache, entlastende Angebote, Freizeit, Beratung zu Mobilität, Pflege u. Wohnen Peer Maßmann 05101 - 586-330 bskhannover@htp.info www.bsk-ev.org	Letzter Mi. im Monat 17:00 - 19:00 Uhr Don-Bosco-Haus Göttinger Chaussee 145 30453 Hannover-Ricklingen (Haltestelle Hochbahnsteig Wallensteinstr.) Hannover - Ricklingen
<b>Gesprächsgruppe für Pflegende Angehörige von demenziell Erkrankten</b> Kontakt über Alzheimer Gesellschaft Hannover e.V. 0511 - 7 26 15 05 kontakt@alzheimergesellschaft-hannover.de www.alzheimergesellschaft-hannover.de	Jeden 1. Do. im Monat 16:00 - 18:00 Uhr Wilhelm-Maxen-Haus Talkamp 21 30823 Garbsen Garbsen
<b>Gesprächsgruppe für Pflegende Angehörige von demenzkranken Menschen</b> Pflegende Angehörige von Demenzkranken, Erfahrungsaustausch, Reflexion und Wissensvermittlung Heike Müller-Schulz 0511 - 47 37 68 60 h.mueller-schulz@gmx.de	Jeden 1. Mo. im Monat 19:00 - 21:00 Uhr Alzheimer Gesellschaft Hannover Osterstr. 27 30159 Hannover Hannover - Mitte

Selbsthilfegruppe	Treffpunkt
<b>Gesprächskreis DEMENZ im Café Zeitlos</b> Offener Treff für Angehörige von Demenzkranken, Demenz und die Auswirkungen auf das Zusammenleben in der Familie Anne Hellmann Angela Schulz 05101 - 10 90 30 info@mobile-pattensen.de www.mobile-pattensen.de	Jeden Fr. 15:00 - 17:00 Uhr bei MOBILE e.V. Göttinger Str. 25 a 30832 Pattensen Pattensen
<b>Gesprächskreis für Pflegende Angehörige</b> Beate Müller-Rospunt 05041 - 777 - 75 mueller-rospunt@drk-hannover.de	Jeden 2. Mo. im Monat 15:00 Uhr DRK-Sozialstation Springe An der Bleiche 4-6 31832 Springe Springe
<b>Gesprächskreis für Pflegende Angehörige von demenziell Erkrankten in der Arbeiterwohlfahrt, Ortsverein Sehnde</b> Gerda Thölke 05138 - 14 74 corinna.gerardi@gmx.de	Jeden 2. Di. im Monat BGS (Begegnungsstätte der Stadt Sehnde) Peiner Str. 13 31315 Sehnde Sehnde
<b>Gesprächskreis und Selbsthilfe Pflegender Angehöriger von Demenzkranken in Barsinghausen</b> Angehörige, Freunde, Nachbarn, Kümmerer und Unterstützer von Demenzkranken Ingrid Wollenhaupt 05105 - 6 39 67 Horst Merkel 0511 - 5 46 38 49 birgit-horst-merkel@t-online.de	Jeden 2. Mi. im Monat 18:30 - 20:30 Uhr Freiwilligenzentrum im Bahnhof Barsinghausen Berliner Str. 8 30890 Barsinghausen Barsinghausen