

Selbsthilfegruppe	Treffpunkt
<b>Gesprächskreis für pflegende Angehörige von demenziell Erkrankten</b> Pflege/Demenz Theresia Urbons 05136-9 76 99 20 kontakt@alzheimergesellschaft-hannover.de www.alzheimergesellschaft-hannover.de	Jeden 4. Do. im Monat 19:00 Uhr Senioreenheim „Celler Tor“ Vor dem Celler Tor 15 31303 Burgdorf
<b>Schlaganfall Laatzen</b> Betroffene, Angehörige, Interessierte, Themen rund um den Schlaganfall Britta Groschke 0177-6 49 71 74 britta.dirk@web.de	Jeden 2. Mo. im Monat Stadthaus Laatzen Marktplatz 2 30880 Laatzen
<b>Treffpunkt Demenz - Selbsthilfegruppe für Angehörige von demenzkranken Menschen</b> Erfahrungsaustausch, Information, gegenseitige Unterstützung in schwierigen Lebenssituationen Irene Siedow 05032-6 50 35 siedow-neustadt@t-online.de	Jeden 1. und 3. Mo. im Monat 14:30 - 16:30 Uhr Veranstaltungsraum Senioreenheim Nikolaistift Silbernkamp 6 31535 Neustadt a. Rbge

Selbsthilfegruppe	Treffpunkt
<b>Gesprächsgruppe für Angehörige Demenzerkrankter Letter</b> Pflegende Angehörige Demenzerkrankter Heike Müller-Schulz 0511-47 37 68 60 h.mueller-schulz@gmx.de	Jeden letzten Do. im Monat 16:00 - 18:00 Uhr Malteser Treffpunkt Ebertstr. 2 30926 Seelze/Letter
<b>Hatikwa - Hoffnung Selbsthilfegruppe für russischsprachige pflegende Angehörige</b> Margarita Suslovic 0511-2 35 39 67 m.suslovic@liberale-juden-nds.de	Nach Absprache Hannover
<b>Fünf Gesprächskreise für pflegende Angehörige der Alzheimer Gesellschaft Hannover</b> Pflegende Angehörige, Ehepartner, Töchter, Söhne und Enkel Frau Hirsch Frau Huth 0511-2 15 74 65 (Büro) Alzheimer-Gesellschaft-Han@t-online.de www.alzheimergesellschaft-hannover.de	Jeweils monatlich Mo. 19:00 - 21:00 Uhr Di. 14:30 - 16:30 Uhr Mi. 10:00 - 12:00 Uhr Mi. 15:30 - 17:30 Uhr Do. 19:00 - 21:00 Uhr Osterstr. 27 30159 Hannover

## 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 rechts).

### Die AOK Hannover



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



### 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)

10. 2016

# SELBSTSTÄNDIG HILFEERFAHREN IN GRUPPEN

Pflegende  
Angehörige



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 Pflegerische Angehörige aus der Region Hannover, die sich mit unterschiedlichen Schwerpunkten und Zielen zusammengefunden haben und den Rahmen eines gemeinsamen Austauschs ermöglichen.

# SELBSTSTÄNDIG HILFE ERFAHREN IN GRUPPEN

Selbsthilfegruppe	Treffpunkt
<b>Alzheimer Angehörigen Gruppe</b> Pflegerische Angehörige von an Demenz erkrankten Menschen Birgitt Daschner 05137-82 14 63 birgidass@web.de	Neustadt a. Rbge. Jeden 1. Di. im Monat 17:00 - 19:00 Uhr DRK Lindenstr. 56 31535 Neustadt a. Rbge.
<b>BSK Bereich Selbsthilfe Körperbehinderter Hannover und Umgebung</b> Pflegerische Angehörige von Körperbehinderten jeglicher Ursache Peer Maßmann 05101-586-330 bskhannover@htp.info www.bsk-ev.org	Hannover - Ricklingen Jeden letzten Mi. im Monat 17:00 - 19:00 Uhr Don-Bosco-Haus Göttinger Chaussee 145 30459 Hannover-Ricklingen (Haltestelle Hochbahnsteig Wallensteinstr.)
<b>Gesprächsgruppe für pflegerische Angehörige von demenziell Erkrankten</b> Pflegerische Angehörige von Demenzkranken, Erfahrungsaustausch, Beratung Dagmar Röttger 05131-47 62 70 dag.roettger@web.de Kerstin Schulz 05131-5 02 50 30 kerstin.schulz@kabelmail.de	Garbsen Jeden 1. Do. im Monat 16:00 - 18:00 Uhr in den Räumen der Tagespflege Wilhelm-Maxen-Haus Talkamp 21 30823 Garbsen

Selbsthilfegruppe	Treffpunkt
<b>Offener Treffpunkt für Angehörige von demenzerkrankten Menschen im Café Zeitlos</b> Pflegerische Angehörige von demenziell erkrankten Menschen und alltagsvergesslichen Personen Angela Schulz 05101-10 90 30 0178-3 66 59 29 info@mobile-pattensen.de www.mobile-pattensen.de	Pattensen Jeden Fr. 15:00 - 17:00 Uhr MOBILE e.V. Mehrgenerationenhaus Pattensen Göttinger Str. 25 A 30982 Pattensen
<b>Gesprächskreis für pflegerische Angehörige</b> Beate Müller-Rospunt 05041-777-75 mueller-rospunt@drk-hannover.de	Springe Jeden 2. Mo. im Monat 15:00 Uhr DRK-Sozialstation Springe An der Bleiche 4-6 31832 Springe
<b>Gesprächskreis für pflegerische Angehörige von demenziell Erkrankten in der Arbeiterwohlfahrt, Ortsverein Sehnde</b> Gerda Thölke 05138-14 74	Sehnde Jeden 2. Di. im Monat BGS (Begegnungsstätte der Stadt Sehnde) Peiner Str. 13 31315 Sehnde
<b>Gesprächskreis und Selbsthilfe pflegender Angehöriger von Demenzkranken</b> Angehörige, Freunde, Nachbarn, Kümmerer und Unterstützer von Demenzkranken I. Wollenhaupt 05105-6 39 67 Ingridwpt@t-online.de	Barsinghausen Jeden 2. Mi. im Monat 18:30 - 20:30 Uhr Kursana Domizil 30890 Barsinghausen

Selbsthilfegruppe	Treffpunkt
<b>INTENSIVkinder zuhause Niedersachsen e.V. - Elternverein für schwerpflegebedürftige Kinder und junge Erwachsene Region Hannover</b> Rotraut Schiller-Specht 0511-4 34 08 67 intensivkinder.nds@gmx.de www.intensivkinder-niedersachsen.de	Hannover Nach Absprache
<b>Pflegerische Männer</b> Austausch von Erfahrungen aus dem Pflegealltag, aber auch schwierige und belastende Themen H. Kliem 0174-2 01 50 60 G. Ehle 0163-8 12 61 00	Hannover - Vahrenwald Jeden 2. Mi. im Monat 20:00 - 22:00 Uhr Vorherige Kontaktaufnahme erwünscht! Freizeitheim Vahrenwald Vahrenwalder Str. 92 30165 Hannover
<b>Schlaganfall-Selbsthilfegruppe Burgdorf / Lehrte / Peine</b> Schlaganfallbetroffene und Angehörige, Themenbereich: erworbene Hirnschädigungen Ullrich Weber 05136-8 27 27 schlaganfall_shg_burgdorf_lehrte@arcor.de www.schlaganfall-niedersachsen.de	Burgdorf Jeden 2. Mo. im Monat 18:30 Uhr Begegnungsstätte Herbstfreuden Wilhelmstr.1 B 31303 Burgdorf

Selbsthilfegruppe	Treffpunkt
<b>Selbsthilfegruppe Pflegerische Angehörige</b> Angehörige in unterschiedlichen Pflegesituationen (ambulant und stationär, alle Diagnosen) Manuela Fenske-Mouanga Sigrid Bruncke 05136-89 73 11 hospizdienst.burgdorf@evlka.de www.ambulanter-hospizdienst.de	Burgdorf Einmal im Monat Mo. 19:00 - 20:30 Uhr Haus der Diakonie Schillerslager Str. 9 31303 Burgdorf
<b>Gesprächskreis für pflegerische Angehörige von Demenzkranken</b> Hilfe bei Problemen, für die in Gesprächen nach Lösungen gesucht wird Monika Hoffmeister 05130-54 00 monika.hoffmeister@online.de	Bissendorf Jeden letzten Di. im Monat 19:00 Uhr Bürgerhaus Bissendorf
<b>Selbsthilfegruppe „Junge Hirnverletzte“ und Angehörige</b> Personen mit einer Hirnschädigung durch Unfall oder Krankheit und deren Angehörige Regine Lübke 05874-8 66 regine-luebke@gmx.de www.shv-forum-gehirn.de	Hannover - wechselder Treffpunkt nach Absprache