



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



UNSER KONTAKT

**DAS KONTAKTBÜRO
PFLEGESELBSTHILFE
SIEGEN-WITTGENSTEIN**

**Ansprechpartnerin:
Stephanie Mülln**

**Weidenauer Straße 202
57076 Siegen**

**Telefon: (0271) 67 34 72 39
Mobil: (0157) 36 16 34 12
E-Mail: pflageselbsthilfe@alzheimer-siegen.de
Internet: www.alzheimer-siegen.de**



Alzheimer Gesellschaft Siegen e.V.

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.pflageselbsthilfe.de

Gefördert von:

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



LANDESVERBÄNDE
DER PFLEGEKASSEN

PKV
Verband der Privaten
Krankenversicherung

Fotos: Titel und Seite 1 links – stock.adobe.com; andere Fotos: www.palabay.com



DAS KONTAKTBÜRO PFLEGESELBSTHILFE Siegen-Wittgenstein



**PFLEGE
SELBSTHILFE
NRW**



PFLEGESELBSTHILFE

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

Durch die **PFLEGESELBSTHILFE** erfährt man als Pfleger 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 PFLEGESELBSTHILFE SIEGEN-WITTGENSTEIN

Unsere Angebote

- Information über bereits bestehende Selbsthilfegruppen für Pflegebedürftige und pflegende Angehörige
- Unterstützung bestehender Gruppen, z.B. bei Öffentlichkeitsarbeit oder organisatorischen Aufgaben
- Vermittlung von Moderator*innen/ Referent*innen
- Hilfe bei Gründung und Aufbau neuer Selbsthilfegruppen und Organisation der finanziellen Förderung
- Hilfestellung bei der Organisation der Betreuung der Pflegebedürftigen während der Gruppenstunde
- Zusammenarbeit im Netzwerk der lokalen Akteure und Fachleute im Gesundheits- und Sozialwesen
- Vernetzung einzelner Gruppen
- Organisation von Veranstaltungen und Treffen
- Vermittlung von Beratungsangeboten
- Öffentlichkeitsarbeit



INFORMATION UND BERATUNG

Sie sind selbst pflegebedürftig oder pflegen einen Angehörigen und möchten sich gerne mit anderen Betroffenen austauschen?

Vielleicht möchten Sie an einer bestehenden Selbsthilfegruppe teilnehmen oder sogar eine neue Gruppe gründen. Dies kann eine Gesprächsgruppe sein, aber auch eine Gruppe, in der man gemeinsam kreativ ist, Sport treibt oder kocht.

Haben Sie noch weitere Ideen oder wünschen eine Beratung? Bitte nehmen Sie Kontakt zu uns auf. Wir freuen uns auf Sie!

