



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 FÜR DEN KREIS GÜTERSLOH

Ansprechpartnerin: Sylvia Fox

**BIGS - Bürgerinformation Gesundheit
und Selbsthilfekontaktstelle
des Kreises Gütersloh
Blessenstätte 1, 33330 Gütersloh
(Stadtbibliothek, 1. OG)**

Telefon: (0 52 41) 85 - 28 84

**Sprechzeit: mittwochs 10:00 - 12:00 Uhr
sowie nach Vereinbarung**

E-Mail: kops@kreis-guetersloh.de

www.kreis-guetersloh.de



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.pflegeselbsthilfe.de

Gefördert von:

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



LANDESVERBÄNDE
DER PFLEGEKASSEN



Fotos: Titel und Seite 1 links - stock.adobe.com, Inmenteil - forclija.com



DAS KONTAKTBÜRO PFLEGESELBSTHILFE KREIS GÜTERSLOH



**PFLEGE
SELBSTHILFE
NRW**



PFLEGESELBSTHILFE

In Nordrhein-Westfalen leben rund 770 000 Pflegebedürftige und geschätzt eine Million pflegende Angehörige. Häusliche Pflege und Unterstützung geht 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 Pflegenden 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 KREIS GÜTERSLOH

Unsere Angebote

Das Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe (KoPS) wurde 2018, mit Sitz in der BIGS (Bürgerinformation Gesundheit und Selbsthilfekontaktstelle des Kreises Gütersloh) in den Räumen der Stadtbibliothek, eröffnet. Das Ziel ist es, die Selbsthilfe im Bereich Pflege zu fördern und den pflegenden Angehörigen eine Möglichkeit zur Aussprache, Entlastung und Information zu geben.

Viele pflegende Angehörige schätzen einen Austausch unter Betroffenen. In den Selbsthilfegruppen finden sie Gehör und viel Verständnis für ihre Situation.



Im Kreis Gütersloh existieren mehrere Pflegeselbsthilfegruppen. Eine Übersicht mit den jeweiligen Kontaktdaten finden Sie auf unserer Internetseite:

www.kreis-guetersloh.de

→ Themen → Gesundheit → Beratung & Information
→ Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe



INFORMATION UND BERATUNG

Wenn Sie auf der Suche nach einer Pflegeselbsthilfegruppe sind oder mit unserer Unterstützung eine Gruppe aufbauen möchten, freuen wir uns auf Ihre Kontaktaufnahme.



Beraterin: **Sylvia Fox**,
Sozialpädagogin

Einen Überblick über Informations- und Beratungsangebote zum Thema Pflege bietet das „Pflege-Informationsportal des Kreises Gütersloh“:
www.pflege-gt.de

