



## PROGRAMM 2025

### 1. Halbjahr

24. März | 17.00 – 18.30 Uhr

#### AUSTAUSCHVERANSTALTUNG

### Pflege in der letzten Lebensphase

Wie kann ich mit meinem Angehörigen über letzte Wünsche sprechen? Welche Unterstützungsangebote gibt es? Das Kontaktbüro Pflege selbsthilfe lädt Pflegenden Angehörige und Interessierte zu einem Austausch ein. Im Gespräch mit der Koordinatorin der ambulanten Hospizgruppe Anja Lenzyk können Probleme und Ängste in diesem Themenfeld ebenso angesprochen werden, wie eigene Erfahrungen und konkrete Fragen.

Eine Veranstaltung in Kooperation mit der ambulanten Hospizgruppe in Bottrop.

**Gast:** Anja Lenzyk, Koordinatorin Ambulante Hospizgruppe Bottrop

**Ort:** Haus der Vielfalt  
Gerichtsstr. 3, 46236 Bottrop

17. Juni | 17.00 – 18.30 Uhr

#### VORGESTELLT UND NACHGEFRAGT

### Senioren- und Pflegeberatung der Stadt Bottrop

Wenn ein Mensch plötzlich Pflege benötigt, haben die Angehörigen häufig Fragen und wissen nicht, wo sie Hilfe und Unterstützung bekommen können. Die Senioren- und Pflegeberatung ist in diesem Fall eine gute Anlaufstelle. In der Veranstaltung stellt sich die Pflegeberaterin Melanie Unruh den Fragen der Anwesenden. Auch wenn vielleicht nicht jede Frage an diesem Abend konkret beantwortet werden kann, so gibt es doch die Möglichkeit mit anderen Pflegenden Angehörigen ins Gespräch zu kommen und erste Anregungen zu erhalten.

Eine Veranstaltung in Kooperation mit der Senioren- und Pflegeberatung der Stadt Bottrop.

**Gast:** Melanie Unruh, Senioren- und Pflegeberatung der Stadt Bottrop

**Ort:** Haus der Vielfalt  
Gerichtsstr. 3, 46236 Bottrop

## NEUES ANGEBOT

### ➤ Kaffeeklatsch Miteinander – Austausch und Auszeit für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen

Wann: 4. Mittwoch im Monat | 16.00 – 17.30 Uhr

Wo: Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Bottrop

Infos: Friederike Lelgemann | Tel.: 02041 23019 | [pflugeselbsthilfe-bottrop@paritaet-nrw.org](mailto:pflugeselbsthilfe-bottrop@paritaet-nrw.org)

## REGELMÄSSIGE GRUPPENANGEBOTE

### ➤ Pflegecafé Atempause – für Pflegenden Angehörige

Wann: 2. Mittwoch im Monat | 10.00 – 11.30 Uhr

Wo: Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Bottrop

Infos: Friederike Lelgemann | Tel.: 02041 23019 | [pflugeselbsthilfe-bottrop@paritaet-nrw.org](mailto:pflugeselbsthilfe-bottrop@paritaet-nrw.org)

### ➤ Selbsthilfe für Angehörige von Menschen mit Demenz

Wann: 3. Freitag im Monat | 14.30 – 16.00 Uhr

Wo: Pfarrheim St. Johanne, An St. Johannes 7, 46244 Bottrop-Kirchhellen

Infos: Friederike Lelgemann | Tel.: 02041 23019 | [pflugeselbsthilfe-bottrop@paritaet-nrw.org](mailto:pflugeselbsthilfe-bottrop@paritaet-nrw.org)



### Selbsthilfegruppen „Gemeinsam Stark“

*Für Angehörige von Menschen mit Demenz*

Wann: 2. Donnerstag im Monat | 16.00 – 17.30 Uhr

4. Donnerstag im Monat | 18.00 – 19.30 Uhr

Wo: Bürgerhaus Batenbrock

Ziegelstr. 15, 46238 Bottrop

Infos: Christine Fieseler (Demenzberaterin)

Tel.: 01573 01 66 743

### ➤ Pflegenden Angehörigen Tagespflege Bottrop-Welheim

*für Angehörige der Tagespflege und darüber hinaus*

Wann: 1. Donnerstag im Monat | 14.00 – 16.00 Uhr

Wo: ASB Tagespflege „Zur Gartenstadt“, An der Kommende 13, 46238 Bottrop

Infos: Stefanie Papierock | Tel.: 02041 37 544 20 | [spapierok@asb-ruhr.info](mailto:spapierok@asb-ruhr.info)

## ANMELDUNG UND KONTAKT

Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Bottrop

Gerichtsstraße 3 | 46236 Bottrop

Telefon: 02041 23 019

[pflugeselbsthilfe-bottrop@paritaet-nrw.org](mailto:pflugeselbsthilfe-bottrop@paritaet-nrw.org)

[www.pflugeselbsthilfe-bottrop.de](http://www.pflugeselbsthilfe-bottrop.de)

Gefördert von:

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



LANDESVERBÄNDE  
DER PFLEGEKASSEN



Fotos: © Rido | stock.adobe.com (Titel); © Monkey Business | stock.adobe.com