

## (Pflege-)Selbsthilfegruppen

für Angehörige und Menschen mit Demenz

### Die folgenden Selbsthilfegruppen sind für folgende Zielgruppen:

Angehörige von Menschen mit Demenz

Angehörige von jungen Menschen mit Demenz (erste Symptome vor dem 65. Lebensjahr)

Junge Menschen mit Demenz (erste Symptome vor dem 65. Lebensjahr)

Angehörige gemeinsam mit ihren an Demenz erkrankten Angehörigen

Türkischsprachige Angehörige von Menschen mit Demenz

	Ort / Anbindung	Turnus	Zeit	Ansprechpartner*innen / Kontakt	Termine für 2025
1.	<b>Amalie-Sieveking-Haus</b> Hans-Böckler-Allee 2 45883 GE/Feldmark <hr/> Gesprächskreis für <i>Angehörige</i> von Menschen mit Demenz	1x monatlich	Jeder <b>erste Mittwoch</b> im Monat <b>17.00-18.30 Uhr</b>	<b>Katharina Komorek</b> (Amalie-Sieveking-Haus) Tel.: 0209 / 94115-150 katharina.komorek@johanneswerk.de  <b>Rita Brandt-Matz</b> Tel.: 0209 / 94574177 Handy: 01779296518 ar.matz@t-online.de	01. Januar (Feiertag) 05. Februar 05. März 02. April 07. Mai 04. Juni 02. Juli 06. August 03. September 01. Oktober 05. November 03. Dezember

2.	<p><b>Ambulante Hilfen und Pflege</b>  Caritasverband  Goldbergstr. 11a  45894 GE/Buer</p> <hr/> <p>Gesprächskreis für <i>Angehörige</i>  von Menschen mit Demenz</p>	1x monatlich	Jeder <b>zweite Donnerstag</b> im Monat <b>16.00-18.00 Uhr</b>	<p><b>Petra Stahl</b>  0209 /1580646  0174/3980720  petra.stahl@caritas-  gelsenkirchen.de</p>	09. Januar 13. Februar 13. März 10. April 15. Mai 12. Juni 10. Juli 14. August 11. September 09. Oktober 13. November 11. Dezember
3.	<p><b>Elisabeth Krankenhaus Erle</b>  Cranger Str. 226  45891 GE/Erle</p> <hr/> <p>Gesprächskreis für <i>erwachsene</i>  <b>Kinder</b> von Menschen mit  Demenz*</p> <p><i>*es gibt eine weitere Gruppe für  Ehepartner*innen (siehe 4)</i></p>	1x monatlich	Jeder <b>zweite Mittwoch</b> im Monat <b>16 – 17.30 Uhr</b>	<p><b>Johanna Lütke Hockenbeck</b>  Tel.: 0209 1580646  Handy: 0174 / 3980079  johanna.luetkehockenbeck@c  aritas-gelsenkirchen.de</p>	08. Januar 12. Februar 12. März 09. April 14. Mai 11. Juni 09. Juli 13. August 10. September 08. Oktober 12. November 10. Dezember

NEU AB  
JUNI

4.	<p><b>Elisabeth Krankenhaus Erle II</b> Cranger Str. 226 45891 GE/Erle</p> <hr/> <p>Gesprächskreis für <b>Ehepartner*innen</b> von Menschen mit Demenz*</p> <p><i>*es gibt eine weitere Gruppe für erwachsene Kinder (siehe 3)</i></p>	1x monatlich	Jeder <b>erste Montag</b> im Monat <b>16 – 17.30 Uhr</b> ab Juni 2025	<p><b>Bettina Bremer</b> Tel.: 0209 / 7003 306 b.bremer@elisabeth- krankenhaus-ge.de</p>	02. Juni 07. Juli 04. August 01. September 06. Oktober 03. November 01. Dezember
5.	<p><b>Evangelische Kirchengemeinde Bulmke</b> Florastr. 119 45888 GE/Bulmke</p> <hr/> <p>Gesprächskreis für <i>Angehörige</i> von Menschen mit Demenz</p>	1x monatlich	Jeder <b>zweite Mittwoch</b> im Monat <b>16.30 – 18.00 Uhr</b>	<p><b>Katharina Komorek</b> (Amalie-Sieveking-Haus) Tel.: 0209 / 94115-150 katharina.komorek@johannes werk.de</p> <p><b>Rita Brandt-Matz</b> Tel.: 0209 / 94574177 Handy: 01779296518 ar.matz@t-online.de</p>	08. Januar 12. Februar 12. März 09. April 14. Mai 11. Juni 09. Juli 13. August 10. September 08. Oktober 12. November 10. Dezember

6.	<p><b>Caritas Altenzentrum Haus St. Anna</b>  Märkische Str. 19  45888 GE/Bulmke-Hüllen</p> <hr/> <p>Gesprächskreis für <i>Angehörige</i>  von Menschen mit Demenz</p>	1x monatlich	Jeder <b>erste Donnerstag</b> im Monat <b>16.30 – 18.00 Uhr</b>	<p><b>Rita Brandt-Matz</b>  Tel. 0209 / 94574177  Handy: 01779296518  ar.matz@t-online.de</p> <p><b>Johanna Lütke Hockenbeck</b>  Tel.: 0209 1580646  Handy: 0174 3980079  johanna.luetkehockenbeck@c  aritas-gelsenkirchen.de</p>	02. Januar 06. Februar 06. März 03. April 01. Mai (Feiertag) 05. Juni 03. Juli 07. August 04. September 02. Oktober 06. November 04. Dezember
7.	<p><b>AWO Seniorenzentrum</b>  Marie-Juchacz-Weg 16  45899 GE/Horst</p> <hr/> <p>Gesprächskreis für <i>Angehörige</i>  von Menschen mit Demenz</p>	1x monatlich	Jeder <b>zweite Montag</b> im Monat <b>16 - 17.30 Uhr</b>	<p><b>Herr Wolter</b>  Handy: 0162 / 2400 836</p>	13. Januar 10. Februar 10. März 14. April 12. Mai 09. Juni 14. Juli 11. August 08. September 13. Oktober 10. November 08. Dezember

8.	<p><b>„Wir sind nicht allein“</b></p> <p>Türkisch-Deutscher Hilfsverein Schalker Str. 155 45881 GE/Schalke</p> <hr/> <p>Gesprächskreis für <i>türkisch sprachige Angehörige</i> von Menschen mit Demenz</p>	1x monatlich	<p>Jeder <b>erste Donnerstag</b> im Monat <b>18 - 19.30 Uhr</b></p>	<p><b>Necla Karabas</b> Tel.: 0176 45796855</p>	
9.	<p><b>„Wir sprechen für uns I“</b></p> <p>Mehrgenerationenhaus Bochumer Straße 117 45886 GE/Ückendorf</p> <hr/> <p>Begleitete Selbsthilfegruppe für <i>Menschen mit Demenz in jüngerem Alter</i></p>	1x monatlich	<p>Jeder <b>dritte Mittwoch</b> im Monat <b>18 – 19.30 Uhr</b></p>	<p><b>Petra Stahl</b> 0209 /1580646 0174/3980720 petra.stahl@caritas-gelsenkirchen.de</p> <p><b>Johanna Lütke Hockenbeck</b> Tel.: 0209 1580646 Handy: 0174 3980079 johanna.luetkehockenbeck@c aritas-gelsenkirchen.de</p>	<p>15. Januar 19. Februar 19. März 16. April 21. Mai 18. Juni 16. Juli 20. August 17. September 15. Oktober 19. November 17. Dezember</p>

10.	<p><b>„Wir sprechen für uns II“</b></p> <p>Kirchstr. 51 45879 GE/ Altstadt</p> <hr/> <p>Gesprächskreis für <i>Angehörige von jungen Menschen mit Demenz</i></p>	1x monatlich	Jeder <b>erste Mittwoch</b> im Monat <b>18 - 20 Uhr</b>	<p><b>Johanna Lütke Hockenbeck</b> Tel.: 0209 1580646 Handy: 0174 3980079 johanna.luetkehockenbeck@c aritas-gelsenkirchen.de</p>	<p>01. Januar (fällt aus) 05. Februar 05. März 02. April 07. Mai 04. Juni 02. Juli 06. August 03. September 01. Oktober 05. November 03. Dezember</p>
11.	<p><b>„Wir sprechen für uns III“</b></p> <p>Café Zipper in Erle</p> <hr/> <p>Gesprächskreis für <i>Menschen mit Demenz in jüngerem Alter</i></p>	1x monatlich	Jeder <b>erste Mittwoch</b> im Monat <b>15 - 16.30 Uhr</b>	<p><b>Johanna Lütke Hockenbeck</b> Tel.: 0209 1580646 Handy: 0174 3980079 johanna.luetkehockenbeck@c aritas-gelsenkirchen.de</p> <p><b>Petra Stahl</b> 0209 /1580646 0174/3980720 petra.stahl@caritas- gelsenkirchen.de</p>	<p>01. Januar (fällt aus) 05. Februar 05. März 02. April 07. Mai 04. Juni 02. Juli 06. August 03. September 01. Oktober 05. November 03. Dezember</p>

12.	<p><b>Spaziergangsgruppe I</b></p> <p>Treffpunkt: Haupteingang Schloss Berge Adenauerallee 3 45894 GE/Buer</p> <hr/> <p>Spaziergehgruppe für <i>Menschen mit Demenz</i> und ihre <i>Angehörige</i></p>	1x monatlich	Jeder <b>dritte Donnerstag</b> im Monat <b>15 - 16.30 Uhr</b>	<p><b>Johanna Lütke Hockenbeck</b> Tel.: 0209 1580646 Handy: 0174 3980079 johanna.luetkehockenbeck@c aritas-gelsenkirchen.de</p>	<p>16. Januar 20. Februar 20. März 17. April 15. Mai 19. Juni (fällt aus) 17. Juli 21. August 18. September 16. Oktober 20. November 18. Dezember</p>
13.	<p><b>Spaziergangsgruppe II</b></p> <p>Treffpunkt: Haupteingang Schloss Berge Adenauerallee 3 45894 GE/Buer</p> <hr/> <p>Spaziergehgruppe für <i>Menschen mit Demenz</i> und ihre <i>Angehörige</i></p>	1x monatlich	Jeder <b>vierte Mittwoch</b> im Monat <b>14 - 15.30 Uhr</b>	<p><b>Johanna Lütke Hockenbeck</b> Tel.: 0209 1580646 Handy: 0174 3980079 johanna.luetkehockenbeck@c aritas-gelsenkirchen.de</p>	<p>22. Januar 26. Februar 26. März 23. April 28. Mai 25. Juni 23. Juli 27. August 24. September 22. Oktober 26. November 24. Dezember (fällt aus)</p>



14.	<b>Spaziergangsgruppe III</b> Im Stadtpark Gelsenkirchen Treffpunkt: vor dem Altstadtcafé Robert-Koch-Str. 3 45879 GE/Altstadt  Spaziergehgruppe für <i>Menschen mit Demenz</i> und ihre <i>Angehörige</i>	2x monatlich	Jeden <b>zweiten und vierten Dienstag*</b> im Monat <b>15.30 - 16.30 Uhr</b>  <i>*Das Angebot findet im Wechsel mit „Bewegung tut gut!“ statt, weshalb es Wetterbedingt zu Verschiebungen der Termine kommen kann.</i>	<b>Gabriele Föhrer</b> Handy: 01575 / 2808 395	14. + 28. Januar 11. + 25. Februar 11. + 25. März 08.+ 22. April 13. + 27. Mai 10. + 24. Juni 08. + 22. Juli 12. + 26. August 09. + 23. September 14. + 28. Oktober 11. + 25. November 09. + 23. Dezember
15.	<b>„Wir halten uns fit!“</b> Fitnessstudio Limitless Hochstraße 40-44 45894 GE/Buer  Bewegungsangebot für <i>Menschen mit Demenz</i> und ihre <i>Angehörige</i>	1x wöchentlic h	Jeden <b>Sonntag</b> Im Monat <b>14 - 14.45 Uhr</b>	<b>Peter Krywobokow</b> Tel.: 0209 81822722	

16.	<p><b>„Bewegung tut gut!“</b></p> <p>Gemeindehaus Altstadt Ev. Emmaus Kirchengemeinde Robert-Koch-Straße 3a 45879 GE/Altstadt</p> <hr/> <p>Bewegungsangebot für <i>Menschen mit Demenz</i> und ihre <i>Angehörige</i></p>	2x monatlich	<p>Jeden <b>ersten und dritten Dienstag*</b> im Monat <b>16.30 - 16.30 Uhr</b></p> <p><i>*Das Angebot findet im Wechsel mit der Spaziergehgruppe III statt, weshalb es Wetterbedingt zu Verschiebungen der Termine kommen kann.</i></p>	<p><b>Gabriele Föhrer</b> Handy: 01575 / 2808 395</p>	<p>07. + 21. Januar 04. + 18. Februar 04. + 18. März 01.+ 15. April 06. + 20. Mai 03. + 17. Juni 01. + 15. Juli 05. + 19. August 02. + 16. September 07. + 21. Oktober 04. + 18. November 02. + 16. Dezember</p>
17.	<p><b>Evangelisches Klinikum Gelsenkirchen</b> Munckelstraße 27 45879 GE/Altstadt</p> <hr/> <p>Gesprächskreis für <i>Angehörige</i> von Menschen mit Demenz</p>	1x monatlich	<p>jeder <b>dritte Mittwoch</b> im Monat <b>16-17.30 Uhr</b></p>	<p><b>Patrick Schumacher</b> (Sozialdienst EVK) Tel.: 0209 / 1605 1622 Patrick.Schumacher@evk- ge.de</p>	<p>15. Januar 19. Februar 19. März 16. April 21. Mai 19. Juni 16. Juli 20. August 17. September 15. Oktober 19. November 17. Dezember</p>





18.	<p><b>Kaffeegesprächskreis</b>          Gemeindehaus Nicolai-Kirche          Flöz Sonnenschein 60          45886 GE/Ückendorf</p> <hr/> <p>Gesprächskreis für <i>Angehörige</i>          von Menschen mit Demenz</p> <p><i>demenzerkrankte Angehörige</i>          können zu den Treffen und          mitgebracht werden und werden          parallel von Ehrenamtlichen          betreut</p>	1x monatlich	jeder <b>erste Freitag</b> im Monat <b>15.00 – 16.30 Uhr</b>	<p><b>Sina Geißler</b>          (ZeitGEber - ehemals          häuslicher Entlastungsdienst)          Handy: 0163 / 6827 111          sina.geissler@apostel-          gelsenkirchen.de</p>	03. Januar 07. Februar 07. März 04. April 02. Mai 06. Juni 04. Juli 01. August 05. September 03. Oktober 07. November 05. Dezember
19.	<p><b>Angehörige von jungen          Pflegebedürftigen oder          Menschen mit          Verhaltensauffälligkeiten</b>          Kirchstr. 51          45879 GE</p> <hr/> <p>Gesprächskreis für <i>Angehörige</i>          von Jungerkrankten oder          Menschen mit FTD-Diagnose</p>	1x monatlich	jeder <b>dritte          Dienstag</b> im Monat <b>17.30 - 19 Uhr</b>	<p><b>Petra Stahl</b>          0209 /1580646          0174/3980720          petra.stahl@caritas-          gelsenkirchen.de</p>	21. Januar 18. Februar 18. März 08. April (2. Dienstag) 20. Mai 17. Juni 15. Juli 19. August 16. September 21. Oktober 18. November 16. Dezember





20.	<b>Gesprächskreis Heßler</b> Netzwerk GE-Heßler e.V. Fersenbruch 78 45883 GE/Heßler  _____  Gesprächskreis für <i>Angehörige</i> von <i>Menschen mit Demenz</i>	1x monatlich	<b>Donnerstags</b> von <b>18 – 20 Uhr</b>	<b>Iris Fey</b> 0172 2842352	
-----	---	-----------------	--	---------------------------------	--

Gelsenkirchen, 10. April 2025

**Bei Interesse an einer der Selbsthilfegruppe melden Sie sich gerne bei der jeweiligen Gruppenleitung  
oder unter 0209 / 158 0646.**

