

Wegweiser in die Selbsthilfe

Selbsthilfegruppen und Initiativen in Leverkusen

Diese Broschüre wurde gefördert durch:



Stadt Leverkusen

Inhalt

- 04 Grußwort
- 06 Die Selbsthilfe-Kontaktstelle Leverkusen
- 08 Wissenswertes über Selbsthilfe
- 10 Informationen in Leichter Sprache
- 14 Selbsthilfegruppen von A bis Z
- 69 Weitergehende Hilfen/Beratungsstellen
- 76 Notfallnummern
- 79 Weitere unterstützende Einrichtungen:
 - . EUTB
 - . Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe
- 81 Impressum

Grußwort

Meine sehr geehrten Damen und Herren,

dieser Wegweiser zeigt in zweiter aktualisierter Auflage, was in Leverkusen und Umgebung mit Selbsthilfe möglich ist. Die Themen der verschiedenen Gruppen reichen von dem Umgang mit Ängsten bis zum Wohnen im Alter.



In Selbsthilfegruppen finden Menschen zusammen, die die gleiche Krankheit haben, sich in einer Lebenskrise oder herausfordernden Lebenssituation befinden und dabei Unterstützung suchen.

In der Selbsthilfe begegnen sich alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer auf Augenhöhe. Sie sind häufig Experten in eigener Sache, können sich austauschen, Informationen, Erfahrungen und Wissen weitergeben und sich untereinander motivieren.

Die Leistungen der Selbsthilfegruppen werden inzwischen als wichtige Ergänzung zum professionellen Gesundheitssystem anerkannt. Daher werden Selbsthilfegruppen, die sich mit gesundheitlichen Problemen befassen, von der gesetzlichen Krankenversicherung gefördert. Die Gruppen mit sozialen Schwerpunkten unterstützt seit 1998 die Stadt Leverkusen. Dieser Wegweiser kann dabei helfen, eine geeignete Selbsthilfegruppe zu finden und soll motivieren, diesen Schritt zu wagen.

Mit freundlichen Grüßen

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Stefan Hebbel".

Stefan Hebbel | Oberbürgermeister Leverkusen

Vorwort

Selbsthilfe lebt von Engagement, Solidarität und dem Mut, Herausforderungen gemeinsam anzugehen. Menschen, die sich in Selbsthilfegruppen zusammenschließen, leisten einen wertvollen Beitrag zur Gesundheitsförderung und zur Stärkung des gesellschaftlichen Zusammenhalts. Sie geben Erfahrungen weiter, spenden Zuversicht und schaffen Räume, in denen Betroffene Verständnis und Unterstützung finden.



Die gesetzlichen Krankenkassen fördern dieses Engagement seit vielen Jahren mit Überzeugung. Denn Selbsthilfegruppen ergänzen das professionelle Gesundheitssystem in einzigartiger Weise: Sie vermitteln Wissen aus gelebter Erfahrung und tragen dazu bei, dass Betroffene ihre Krankheit oder Lebenssituation besser bewältigen können.

Wir danken allen, die sich in der Selbsthilfe engagieren – den Initiatorinnen und Initiatoren, den aktiven Mitgliedern und den ehrenamtlich Tätigen. Ihr Einsatz zeigt, wie wirkungsvoll gemeinsames Handeln sein kann.

Ich hoffe, dass dieses Verzeichnis dazu beiträgt, dass noch mehr Menschen den Weg zur Selbsthilfe finden und die Unterstützung erfahren, die sie suchen.

Mit freundlichen Grüßen

A handwritten signature in blue ink, appearing to read "Christian Breidenbach".

Christian Breidenbach | vdek, im Namen der gesetzlichen Krankenkassen

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle Leverkusen

Professionelle Unterstützung vor Ort

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle ist die zentrale Informations- und Beratungsstelle für alle Fragen zur Selbsthilfe. Sie dient als Anlaufstelle für die Selbsthilfe und erfüllt eine Lotsenfunktion für Interessierte in Leverkusen.

Unsere Leistungen im Überblick:

- » Wir vermitteln Interessierte in bereits bestehende Selbsthilfegruppen.
- » Wir bringen Menschen mit gleichen Problemen oder Erkrankungen zusammen und unterstützen bei der Gründung von neuen Gruppen.
- » Wir unterstützen Selbsthilfegruppen bei der Beantragung von Fördergeldern.
- » Wir bieten Fortbildungen für Selbsthilfe-Aktive an.
- » Wir fördern den Erfahrungsaustausch und die Vernetzung der Selbsthilfegruppen untereinander.
- » Wir stellen eigene Räume für Gruppentreffen und Veranstaltungen der Gruppen zu Verfügung und helfen auch bei der Raumsuche.
- » Wir unterstützen Selbsthilfegruppen bei der Öffentlichkeitsarbeit.
- » Wir nehmen an Arbeitskreisen und Gremien teil und vertreten die Selbsthilfe in der Öffentlichkeit.

Unser Angebot ist kostenlos und unabhängig. Wir behandeln alle Anfragen absolut vertraulich und beraten auf Wunsch auch anonym.

Kontakt

Selbsthilfe-Kontaktstelle Leverkusen
Ludwig-Erhard-Platz 1 | 51373 Leverkusen

Tel. 0214 50 09 20 47

selbsthilfe-lev@paritaet-nrw.org
www.selbsthilfe-leverkusen.de



Sprechzeiten

Montag	14.00 – 16.30 Uhr
Mittwoch, Donnerstag	9.00 – 12.30 Uhr
und nach Vereinbarung	

Wissenswertes über Selbsthilfe

Was ist Selbsthilfe?

In Selbsthilfegruppen finden Menschen zusammen, die die gleiche Erkrankung haben, oder sich in einer ähnlichen Lebenssituation befinden. Sie bilden ohne professionelle Anleitung eine Solidargemeinschaft auf Augenhöhe.

Die gemeinsame Betroffenheit schafft ein Gefühl der Verbundenheit und des Miteinanders. Während manche Selbsthilfegruppen nur für Betroffene sind, treffen sich in anderen Gruppen Betroffene und Angehörige gemeinsam oder auch nur die Angehörigen unter sich. In regelmäßigen Gruppentreffen tauschen sich die Teilnehmer*innen untereinander aus, geben ihre Erfahrungen und ihr Wissen weiter, unterstützen und motivieren sich gegenseitig.

Selbsthilfe bedeutet, die eigenen Probleme und deren Lösung selbst in die Hand zu nehmen und im Rahmen der eigenen Möglichkeiten aktiv zu werden. Die Teilnehmer*innen profitieren von den Erfahrungen der anderen und unterstützen die Gruppe mit ihren eigenen Erfahrungen. Schon die Tatsache, dass in der Gruppe alle ein ähnliches Problem haben und Verständnis für die anderen haben, wirkt sehr entlastend.

In der Selbsthilfe können die Teilnehmer*innen daher wieder Selbstwirksamkeit erfahren, ihre Lebensqualität verbessern und der Einsamkeit entgegenwirken.

Selbsthilfegruppen sind kostenlos.

Selbsthilfegruppen bieten:

- » Verständnis
- » Austausch
- » Gemeinschaft Gleichbetroffener
- » Informationen und Tipps
- » Stärkung des Selbstvertrauens
- » Unterstützung, das eigene Leben wieder selbst zu bestimmen

Was muss ich mitbringen?

Die Motivation, mich in die Gruppe im Rahmen der eigenen Möglichkeiten einzubringen.

Die Gruppe lebt von der Beteiligung aller – aber alles ist freiwillig!

GEMEINSAM SIND WIR STARK!

Selbsthilfe News

REGELMÄSSIGE NEWSLETTER

aus der Region Leverkusen

Aktuelles aus der Selbsthilfe

Projekte und Erfahrungen

Neue Selbsthilfegruppen

Workshops und Seminare

Termine und Veranstaltungen

Selbsthilfegruppen stellen sich vor

MELDEN SIE SICH AN UNTER:

www.selbsthilfe-news.de

Leichte Sprache

Dies ist eine **Übersetzung in Leichte Sprache**.

Das können viele Menschen besser verstehen.



Der Text soll leicht sein.

Deshalb schreiben wir nur die männliche Form.

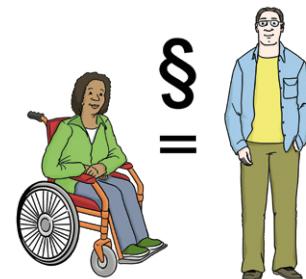
Wir schreiben zum Beispiel: Bürger

Wir schreiben **nicht** Bürgerin.

Wir meinen aber immer alle Menschen.

Alle sind gleich wichtig.

Wir wollen niemanden verletzen.



Haben Sie Probleme?

- Sind Sie krank?
- Trinken Sie zu viel Alkohol?
- Nehmen Sie Drogen?
- Fühlen Sie sich alleine?
- Sind Sie oft traurig?
- Fühlen Sie sich manchmal seelisch schlecht?
- Haben Sie Ärger mit anderen?

Zum Beispiel

- in der Freizeit?
- bei der Arbeit?

Wir helfen Ihnen.

Wir helfen Menschen,
die Probleme haben.



Leichte Sprache

Wie wir das machen

Wir suchen eine passende Selbst-hilfe-gruppe.

Da treffen sich Menschen,
die alle das-selbe Problem haben.



Sie sprechen miteinander.

Sie verstehen die Probleme von den anderen.

Sie fühlen sich gemeinsam stärker als alleine.

Sie fühlen sich durch die Gruppe oft besser.



Alle in der Gruppe sind gleich wichtig.

Es gibt **keine** Bestimmen.

Die Gruppe kostet **nichts**.



Kontakt

Sie können uns anrufen.

Unsere Telefonnummer ist:

0214 50 09 20 47



Sie können uns eine E-Mail schreiben.

Die Adresse ist:

selbsthilfe-lev@paritaet-nrw.org



Sie können auf unsere Internetseite gehen.

Die Adresse ist:

www.selbsthilfe-leverkusen.de



Selbsthilfegruppen von A bis Z



Themenliste

AD(H)S
Adipositas
Adoptiv- und Pflegefamilien
Atemwegserkrankungen/COPD
Autismus

Parkinson
Pflegende Angehörige
Polio
Psychische Erkrankungen
Psychische Erkrankungen – Angst/Depression
Psychische Erkrankungen – Depressionen

Blindheit/Sehbehinderung
Borreliose

Rheuma

Darmerkrankungen
Diabetes
Dialyse
Einsamkeit

Schlafapnoe
Schlaganfall
Sucht – Akohol
Sucht – Alkohol, Drogen
Sucht – Drogen
Sucht – Spielsucht

Krebserkrankungen

Transidentität/Transsexualität
Trauer

Männer
Multiple Sklerose

Wohnen – Mehrgenerationen

Eigendarstellung der
Selbsthilfegruppen ab Seite 16

AD(H)S

Angehörige von Kindern mit AD(H)S und betroffene Erwachsenen

Kinder mit ADHS haben oft Schwierigkeiten, ihre Aufmerksamkeit über längere Zeit auf eine Sache zu richten. Sie können sich kaum auf eine Aufgabe konzentrieren, bleiben nicht lange bei einer Sache und haben Probleme, Bedürfnisse aufzuschieben. Manche Kinder sind sehr impulsiv oder unruhig, während andere eher verträumt sind und in der Schule kaum auffallen, weil sie sich oft in ihre Gedankenwelt zurückziehen. Auch im Erwachsenenalter kann ADHS das Leben stark beeinflussen. Betroffene haben häufig Schwierigkeiten mit wechselnden Jobs, unbeständigen Beziehungen oder einem unstrukturierten Alltag. Herausforderungen wie Reizüberflutung, Zeitmanagement, emotionale Impulsivität oder das Gefühl, ständig hinterherzuhinken, sind vielen bekannt. Die Selbsthilfegruppe bietet Betroffenen und Angehörigen einen geschützten Raum für Austausch und Information rund um das Thema ADHS. Das Ziel ist es, gemeinsam Herausforderungen zu bewältigen, voneinander zu lernen und praktische Hilfen für den Alltag zu finden.

Treffen	Ort	Kontakt
Jeden 1. Mittwoch im Monat 19.00 – 21.00 Uhr	Altes Bürgermeisteramt Schlebusch Bergische Landstraße 28 51375 Leverkusen	Adhs-Selbsthilfe-Lev@gmx.de

Adipositas

Adipositas Selbsthilfegruppe Leverkusen

Von Betroffenen für Betroffene: Jeder Mensch, der unter Adipositas leidet, macht eigene Erfahrungen beim Umgang mit der Krankheit. Daher ist es wichtig zu wissen, du bist nicht alleine! In unserer Selbsthilfegruppe möchten wir Hilfe zur Selbsthilfe anbieten, den Austausch unter Betroffenen – egal ob mit bariatrischer Operation oder auf konservativem Weg.

Jeder ist herzlich willkommen.

Wann die Treffen der Selbsthilfegruppe sind und alle weiteren Infos erhaltet ihr über unsere Homepage oder über das Gruppenhandy.

Treffen	Ort	Kontakt
Monatlich	Klinikum Leverkusen	0157 57 22 89 54
Jeden 3. Montag vor Ort und 4. Donnerstag online	Casino/Bistro im Personalhochhaus	adipositas-shg-leverkusen@gmx.de
19.00 – 21.00 Uhr	Paracelsusstraße 15 51375 Leverkusen	www.Adipositas-SHG-Leverkusen.de Facebook: Adipositas-SHG-Leverkusen

Adoptiv- und Pflegefamilien

Leverkusener Herzenskinder – gemeinsam stark für Adoptiv- und Pflegefamilien

Die Leverkusener Herzenskinder sind ein selbst organisiertes Netzwerk von Adoptiv- und Pflegefamilien aus Leverkusen und Umgebung. Ziel ist es, die Familien und ihre Kinder zusammenzubringen, den Erfahrungsaustausch zu fördern und ein starkes Miteinander zu schaffen – das Wohl der Kinder stets im Fokus. Bei den Herzenskindern sind alle willkommen! Die Initiative ist politisch und konfessionell unabhängig. Wir verstehen uns als unterstützende Gemeinschaft, in der Familien voneinander lernen und sich gegenseitig stärken können. Regelmäßige Treffen, Fortbildungen und gemeinsame Freizeitaktivitäten fördern das Gemeinschaftsgefühl bei Eltern und Kindern gleichermaßen und lassen neue Freundschaften entstehen. Herzlich eingeladen sind auch alle Interessierten, die überlegen, ein Kind aufzunehmen. Die Gruppe übernimmt keine behördlichen oder therapeutischen Aufgaben, sondern bietet einen geschützten Raum für Austausch, Unterstützung und Zusammenhalt.

Treffen	Ort	Kontakt
Termine werden auf der Website bekanntgegeben	Leverkusen	info@leverkusener-herzenskinder.de 0163 66 70 999 www.leverkusener-herzenskinder.de

Atemwegserkrankungen/COPD

SelbstHilfeGruppe Atmen e. V. Leverkusen

Die SHG ATMEN ist eine gemeinnützige Körperschaft, gegründet von Menschen mit Atemwegserkrankungen, vornehmlich COPD und Lungenemphysem. Hier finden Betroffene und Angehörige Rat und Hilfe im Zusammenhang mit diesen Krankheiten und bei Fragen der Langzeit-Sauerstoff-Therapie. Bei den monatlichen Treffen erörtern wir in Referaten und Gesprächen Themen unserer Erkrankung und tauschen unsere Alltagserfahrungen aus. Außerdem beteiligen wir uns an einschlägigen Seminaren unseres Themenkreises, unternehmen aber auch Ausflüge und besuchen kulturelle Veranstaltungen. So verknüpfen wir sachliche Informationen und Geselligkeit. Dabei sind Angehörige und Interessenten als Gäste gerne willkommen.

Treffen	Ort	Kontakt
Jeden 1. Montag im Monat 14.00 Uhr	Doktorsburg Rathenastraße 63 51373 Leverkusen	Reinhold Geier 0172 91 47 880 shg-atmen@web.de www.shg-atmen.de

Autismus

Eulen unter Tauben – Selbsthilfegruppe für autistische Frauen mit und ohne ADHS

Eulen und Tauben sind beides Vögel, dennoch unterscheiden sie sich grundlegend. Autistinnen kennen das. Sie sind wie Eulen: mit extrem feinen Sinnen, hoch spezialisiert und in ihrem Verhalten so ganz anders als die geselligen Tauben. Da es aber sehr viel mehr Tauben als Eulen gibt, wird von den Eulen ganz automatisch erwartet, dass sie sich den Tauben anpassen. Für Eulen ist das allerdings sehr schwierig, weil sie aufgrund ihrer Andersartigkeit das Verhalten der Tauben häufig nicht verstehen. Das Leben von autistischen Frauen ist daher oft nicht einfach. Deshalb gibt es die Selbsthilfegruppe „Eulen unter Tauben“. Sie bietet betroffenen Frauen eine Anlaufstelle, um sich zu informieren, sich auszutauschen und sich gegenseitig dabei zu unterstützen, als Eule in einer Welt voller Tauben klarzukommen.

Interessierte Frauen werden gebeten, sich vor dem ersten Besuch per E-Mail zu melden.

Treffen	Ort	Kontakt
Jeden 3. Mittwoch im Monat 18.30 – 20.30 Uhr	Der Paritätische Leverkusen Selbsthilfe-Kontaktstelle Ludwig-Erhard-Platz 1 51373 Leverkusen	ASS-AuDHS-Selbsthilfe@web.de Oder über: Selbsthilfe-Kontaktstelle Leverkusen 0214 50 09 20 47 selbsthilfe-lev@paritaet-nrw.org

Blindheit/Sehbehinderung

Blinden- und Sehbehindertenverein Rhein-Wupper e. V.

Offener Gesprächstreff für Betroffene und Angehörige, zwecks Erfahrungsaustauschs zu allen Themen rund um Blindheit und Sehbehinderung. Der Verein hat im Gesundheitshaus Leverkusen, Ludwig-Erhard-Platz 1, 51373 Leverkusen, eine Beratungsstelle, wo man bei Bedarf auch Einzelgespräche führen kann. Es besteht die Möglichkeit, gemeinsam Tandem zu fahren, kegeln zu gehen und an Ausflügen und Führungen teilzunehmen.

Treffen	Ort	Kontakt
Monatlich	Gaststätte Tricolore	Bettina Wigger
2. Dienstag im Monat	Peter-Neuenheuser-Straße 2 51379 Leverkusen	0214 86 90 69 44 bsvrheinwupper@t-online.de
18.00 – 20.00 Uhr		

Borreliose

Borreliose SHG Leverkusen

Unsere Gruppe möchte sich den Menschen mit primär durch Zecken übertragene Erkrankungen widmen. Die Borreliose bzw. deren Co-Infektionen stehen im Vordergrund. Schwerpunktthema ist u. a. die Behandlung und der Umgang mit der Langzeiterkrankung der Menschen mit Borreliose und Co-Infektionen.

Ziele:

- » Hilfestellung bei der Krankheitsbewältigung anbieten
- » Eigene Erfahrungen über Therapiemöglichkeiten austauschen
- » Unterstützung bei der Entscheidung für eine Therapie
- » Informationen zum Kenntnisstand der Borreliose sammeln und austauschen
- » Hinweise sammeln und geben, welche Maßnahmen dem Gesundheitsstatus förderlich sein können
- » Diskussionen und Vorträge anbieten
- » Vernetzung mit anderen Selbsthilfegruppen als auch ME/CFS, Fibromyalgie
- » Vernetzung mit Patientenorganisationen

Interessent*innen sind herzlich willkommen.

Treffen	Ort	Kontakt
Alle 2 – 3 Monate	Quartierszentrum des ASB	lymekglev@gmx.de
Donnerstags	An der Hauptstraße/	
18.30 Uhr	Ecke Kleine Kirchstraße 1-3 51373 Leverkusen	

Darmerkrankungen

Deutsche ILCO e.V. - Die Selbsthilfevereinigung für Stomaträger und Menschen mit Darmkrebs oder künstlicher Harnableitung und deren Angehörigen

Die Deutsche ILCO e. V. ist die größte Solidargemeinschaft von Stomaträgern, Menschen mit Darmkrebs, mit künstlicher Harnableitung und ihren Angehörigen. Ziel der ILCO ist es, Betroffene zu unterstützen, damit sie trotz Krankheit und/oder einem Stoma selbstbestimmt und aktiv leben können. Sie bietet vielfältige Möglichkeiten zum persönlichen Austausch – in Gruppen, am Telefon oder in sozialen Medien – und stellt umfangreiche Informationen rund um Stoma und Darmkrebs zur Verfügung. Zudem organisiert sie einen ehrenamtlichen Besuchsdienst in Krankenhäusern und vertritt die Interessen ihrer Mitglieder in Gesundheits- und Sozialpolitik.

Die regionalen ILCO-Gruppen sind wohnortnahe Anlaufstellen. Dort können Betroffene und Angehörige mit Gleichbetroffenen ins Gespräch kommen, Erfahrungen teilen, Infomaterial erhalten und an Infoveranstaltungen teilnehmen. Angehörige sind herzlich willkommen; eine Mitgliedschaft ist keine Voraussetzung.

Treffen	Ort	Kontakt
2. Dienstag im Monat 16.30 – 18.00 Uhr	Freiwilligenzentrum Lupe Altes Bürgermeisteramt Bergische Landstraße 28 51375 Leverkusen	Eckhard Plath Eckhard.plath@ilco-kontakt.de www.ilco.de

Diabetes

Zuckerleicht, (Förder)Verein für Kinder und Jugendliche mit Diabetes e. V.

Wir sind ein Netzwerk von jungen und erwachsenen Diabetiker*innen, Eltern, Diabetikberater*innen und Ärzt*innen aus dem Bereich rund um Leverkusen. Zuckerleicht e. V. führt Veranstaltungen für Kinder und Jugendliche mit Diabetes und deren Angehörige durch, um den Austausch untereinander zu fördern und rund um Aktivitäten mit professioneller Betreuung möglich zu machen, die Kinder mit Diabetes allein oft nicht durchführen können oder dürfen. Damit möchten wir den Betroffenen und ihren Angehörigen zeigen, dass nahezu alles gemacht werden kann - auch mit Diabetes.

Treffen

Termine für
Veranstaltungen auf
www.zuckerleicht.de

Ort

bitte erfragen

Kontakt

Christine Dwyer
info@zuckerleicht.de

Zuckersüßer Durchfluss (Diabetes mellitus)

An den Treffen der Selbsthilfegruppe sind Diabetiker aller Diabetes-Typen und deren Angehörige willkommen. Während der Treffen gibt es ausreichend Raum sich über generelle Themen zum Diabetes als auch Diabetestypische Fragen auszutauschen.

Als Gruppe möchten wir:

- » Helfen, das Leben mit Diabetes selbstbewusst zu meistern.
- » Beraten, denn jede Diabetes-Erkrankung ist einzigartig und sollte individuell behandelt werden.
- » Solidarisieren, denn der Austausch mit Gleichgesinnten kann jeder Einzelnen in ihrer persönlichen Situation helfen.
- » Diskutieren, denn die Auseinandersetzung mit der Krankheit und der Austausch mit den anderen Betroffenen ist wertvoll.
- » Zusammensein, denn gemeinsame, gesellige Veranstaltungen stärken das Gemeinschaftsgefühl und geben die Möglichkeit, Kontakt zu vertiefen.
- » Motivieren, denn ob Austausch im Gespräch, gemeinsamer Sport oder andere Aktivitäten, in der Gemeinschaft gelingt vieles leichter.

Treffen	Ort	Kontakt
Jeden 2. Mittwoch eines Monats 18.00 – 19.00 Uhr	Der Paritätische NRW e. V. Selbsthilfe-Kontaktstelle Leverkusen Ludwig-Erhard-Platz 1 51373 Leverkusen	Birgit Kohl Kirsten Klein shg.zuckersuess@web.de Oder über: Selbsthilfe-Kontaktstelle Leverkusen 0214 50 09 20 47 selbsthilfe-lev@paritaet-nrw.org

Dialyse

Dialyseverein Köln & Leverkusen e. V.

Der gemeinnützige Dialyseverein wurde 1978 von betroffenen Patienten gegründet. Grundlage unserer Arbeit ist die „Selbsthilfe“, also die Hilfe von Mensch zu Mensch - von Patient zu Patient. Wir wollen zur Verbesserung Ihrer Lebensqualität beitragen und Ihr Ansprechpartner sein für Fragen, die ein Nierenpatient und Angehörige haben.

Was Dialyse bedeutet: Endgültiges Nierenversagen ist nicht heilbar!

Das bedeutet die lebenslange Behandlung mit der „künstlichen“ Niere oder die Transplantation einer Spenderniere.

Einige Dialyseverfahren stehen zur Verfügung:

- Hämodialyse (Blutwäsche), wie HD oder HDF
- Peritonealdialyse (Bauchfelldialyse), wie CAPD, CCPD oder IPD.

Wir bieten Beratung rund um die Dialyse, der Heimdialyse und Transplantation sowie vielfältige Veranstaltungen:
Grillfest, Minigolf-Turnier, Weihnachtsfeier, Geburtstagscafés, Klöntreff, Treffen mit Patientenbegleiterin, Events, ...

Treffen	Ort	Kontakt
Treffen und sonstiger Veranstaltungsplan siehe Homepage oder bei der Geschäftsstelle erfragen	bitte erfragen	Volker Bastian-Bertrams 0221 68 00 98 14 info@dvkl-ev.de www.dialyseverein-k-lev-ev.de

Einsamkeit

Gemeinsam gegen Einsamkeit

Selbsthilfegruppe für Menschen, die nicht alleine sein möchten. Themen wie Einsamkeit, Heimweh und Alltagsstress können Inhalte der gemeinsamen Gespräche sein, um sich mit der eigenen Lebenssituation weniger alleine zu fühlen, diese besser zu verstehen. Gemeinsame Unternehmungen, wie beispielsweise Ausflüge, Theater, Kino oder alles was uns Spaß macht.

Wir knüpfen Verbindungen und Freundschaften mit Menschen, die ähnliche Erfahrungen gemacht haben und sich einmal im Monat austauschen möchten. Alles, was an zukünftigen Aktivitäten stattfinden soll, entscheidet die Gruppe gemeinsam. Aber am wichtigsten ist es für uns, zusammen eine schöne Zeit mit Gleichgesinnten zu verbringen, und zu wissen, dass wir mit unseren Schwierigkeiten nicht alleine sind. Wir laden alle zu unserer Selbsthilfegruppe „Gemeinsam gegen Einsamkeit“ ein, um das zu besprechen, was uns auf dem Herzen liegt und was wir gemeinsam unternehmen können. Unsere Zielgruppe: Menschen jeden Alters, die sich einsam fühlen und damit ein Problem haben, ihren Alltag zu gestalten.

Treffen	Ort	Kontakt
1. Freitag im Monat 17.00 bis 18.30 Uhr	ATS-Begegnungsstätte im Wohnpark Bürgerbusch Theodor-Gierath-Straße 4 51381 Leverkusen	gemeinsamge@outlook.de Ansprechpartnerin: Ortrun Etz-Jack Oder über: Selbsthilfe-Kontaktstelle Leverkusen 0214 50 09 20 47 selbsthilfe-lev@paritaet-nrw.org

Krebserkrankungen

Frauenselbsthilfe Krebs FSH

Herzlich Willkommen zu unserem Gruppentreffen.

Wir treffen uns

- » um Erfahrungen auszutauschen
- » um Neuigkeiten aus dem Gesundheitssystem zu erfahren
- » zu Vorträgen von Fachexperten aus allen onkologischen Bereichen
- » um der Lebensfreude trotz Krebs Raum zu geben

Die Teilnahme an unseren Gruppentreffen begründet keine Mitgliedschaft und ist kostenfrei.

Betroffene Personen und Angehörige sind jederzeit bei uns herzlich willkommen.

Wir freuen uns auf Sie!

Treffen	Ort	Kontakt
Jeden 3. Montag im Monat 18.00 Uhr	Leverkusen	Friederike Petera 0214 89 09 84 74 f.petera54@gmail.com

Lebenslust GmbH – Dienstagsgruppe für krebsbetroffene Frauen

Für Frauen, die mit einer Krebsdiagnose leben, ist die Gruppe „Lebenslust GmbH“ ein Ort der Begegnung, des Austausches und der gegenseitigen Unterstützung. In dieser Gruppe kommen Frauen unterschiedlichsten Alters und mit verschiedenen Krebsdiagnosen zusammen, um sich auszutauschen, sich gegenseitig zu stärken und gemeinsam das Leben mit der Erkrankung zu reflektieren. Der Fokus liegt auf Unterstützung, Verständnis und dem Finden von Lebensfreude trotz der Herausforderungen, die eine Krebsdiagnose mit sich bringt. Die Gruppe wird durch eine vertrauensvolle und wertschätzende Atmosphäre getragen, in der jede Frau ihr individuelles Anliegen einbringen kann.

Treffen	Ort	Kontakt
Wöchentlich, außer am letzten Dienstag im Monat 16.30 – 18.15 Uhr	Help Beratungsstelle für Krebsbetroffene Leverkusen e. V. Friedrich-Ebert-Straße 98 51373 Leverkusen	Dana Hilmer Anmeldung telefonisch unter 0214 44 470 oder per E-Mail an info@help-leverkusen.de

Krebserkrankungen

Männergruppe – Montagsgruppe für krebsbetroffene Männer

Seit Januar 2022 trifft sich die Männergruppe regelmäßig in den Räumlichkeiten der Beratungsstelle. Angesprochen sind an Krebs erkrankte Männer jeden Alters. Sie erwarten neben dem persönlichen Austausch auch gemeinsame Unternehmungen, Fachvorträge und weitere Impulse. Bei den Treffen können die betroffenen Männer nicht nur Informationen und Tipps austauschen, sondern auch gemeinsam Kraft tanken, indem Ihre Gedanken und Gefühle einen offenen Austausch finden und auf Verständnis im Miteinander stoßen.

Treffen	Ort	Kontakt
Vierzehntägig Montag 18.30 – 20.00 Uhr	Help Beratungsstelle für Krebsbetroffene Leverkusen e. V. Friedrich-Ebert-Straße 98 51373 Leverkusen	Alexander Schiffer Anmeldung telefonisch unter 0214 44 470 oder per E-Mail an info@help-leverkusen.de

„Multiples Myelom“

Da das multiple Myelom auf sehr unterschiedliche Weise klinisch manifestiert und auch – je nach Stadium, Alter und Allgemeinzustand des Patienten sehr variabel therapiert werden kann, bietet die Gruppe eine Möglichkeit des gemeinsamen Austausches über diagnostische Verfahren, Krankheitssymptome und mögliche Therapien. Dieser Erfahrungsaustausch soll helfen, mit dieser oft über viele Jahre verlaufenden chronischen Erkrankung besser zurechtzukommen. Daneben werden auch gelegentliche medizinische Vorträge zur Intensivierung des Wissens beitragen, da sich bei dieser Erkrankung in den letzten Jahren extrem viele neue Behandlungsmöglichkeiten entwickelt haben.

Treffen	Ort	Kontakt
Jeden 3. Donnerstag im Monat 17.00 Uhr	Klinikum Leverkusen Am Gesundheitspark 11 51375 Leverkusen Wintergarten Café (Erdgeschoss Eingangshalle)	Dr. Andrea Heider Kontakt über Selbsthilfe-Kontaktstelle Leverkusen 0214 50 09 20 47 selbsthilfe-lev@paritaet-nrw.org

Krebserkrankungen

OvarSh Angehörige

Selbsthilfegruppe für Angehörige von Frauen mit Eierstockkrebs. Die Erkrankung ist nicht nur für die betroffenen Frauen ein grober Einschnitt im Leben, sondern stellt auch für die Angehörigen die Welt auf den Kopf.

In unserer Selbsthilfegruppe tauschen wir uns über unsere Situation aus und finden Wege, wie jede*r mit der Situation umgehen kann. Auch findet ein Austausch zu medizinischen Fragen statt. Unser Motto: das Gute im Schlechten finden!

Treffen	Ort	Kontakt
Monatlich Dienstag 20.00 Uhr	Online per Zoom	Selbsthilfe-Kontaktstelle Leverkusen 0214 50 09 20 47 selfsthilfe-lev@paritaet-nrw.org

OvarSh Eierstockkrebs Online West

Eierstockkrebs ist eine komplexe Erkrankung, die in vielen Lebensbereiche hineinwirkt. In der Gruppe tauschen wir uns über unsere Erfahrungen im Umgang darüber in einem vertraulichen Rahmen aus. Die Themen bei den Treffen richten sich immer nach den mitgebrachten Fragestellungen und Bedürfnissen der Teilnehmerinnen. Oftmals stehen die möglichen Hilfestellungen in unserem Gesundheitssystem über alle Phasen der Erkrankung und das Nebenwirkungsmanagement im Vordergrund. Wir sind offen für Betroffene und weibliche An-/ Zugehörige ab 18 Jahren. Wir lachen sehr viel, denn den Humor lassen wir uns nicht nehmen bei unserem Leben mit dem Krebs. Nimm vorab gerne Kontakt mit uns auf, um offene Fragen zu klären und damit du den Zugangslink zur Gruppe erhalten kannst.

Treffen	Ort	Kontakt
Monatlich	Online per Zoom	k.hahn@eskd.de 0177 76 31 024
Montag		Oder über:
18.30 Uhr		Selbsthilfe-Kontaktstelle Leverkusen 0214 50 09 20 47 selbsthilfe-lev@paritaet-nrw.org

Krebserkrankungen

Prostata Selbsthilfegruppe

- » Unsere Prostata Selbsthilfegruppe existiert schon seit dem Jahr 2007 und ist offen für alle Betroffene und Angehörigen.
- » Wir tauschen unsere Krankheitsgeschichten und persönlichen Erfahrungen aus, helfen uns gegenseitig und haben Zeit füreinander. Wir reden offen über alle Probleme, die mit unserer Krankheit zusammenhängen.
- » So gewinnen wir Sicherheit, wenn wir uns selbst (in Zusammenarbeit mit dem Arzt) für eine bestimmte Therapie entscheiden müssen.
- » Je mehr man über seine Erkrankung weiß, desto besser kann man gegen sie kämpfen.
- » Zusätzlich werden wir fachlich von Ärzten aus unserer Region und dem Klinikum Leverkusen unterstützt.
- » Immer wieder laden wir auch fachkundige Referenten in unsere Gruppe ein und erweitern so unser Wissen über unsere Erkrankung sowie auch über deren Diagnose- und Behandlungsmöglichkeiten.

Treffen	Ort	Kontakt
Letzter Donnerstag im Monat, sollte der letzte Donnerstag ein Feiertag sein, wird das Treffen um eine Woche vorverlegt 18.00 Uhr	AWO – Familienseminar Berliner Platz 3 51379 Leverkusen	Reinhard Brüscher 015785794958 info@prostatakrebs-shg-lev.de

Rückenwind – Gruppe für krebsbetroffene Frauen im berufstätigen Alter

Eine Krebsdiagnose kann für Betroffene eine große Herausforderung darstellen und die Auseinandersetzung mit einer veränderten Lebenssituation notwendig machen. Es ergeben sich drängende Fragen, u. a. hinsichtlich der Therapie, möglichen Nebenwirkungen und Veränderungen des eigenen Körperbilds. Die Bewältigung all dieser Fragen kann durch eine verständnisvolle Gruppenatmosphäre, ein wiederkehrendes Miteinander und ein sich im Anderen wiederfindenden Vertrauen erleichtert werden. So kann dem vielleicht Unaussprechlichen gemeinsam begegnet werden. Die Gruppenteilnehmerinnen erleben ihre eigenen Stärken und Schwächen und die der anderen durch einen gemeinsamen Erfahrungsaustausch. Unsicherheiten, Ängste, Neuorientierung, Sicherheit und Lebensfreude werden in der Gruppe gemeinsam erfahrbar und bieten einen Raum der Akzeptanz hin zum Leben mir der Erkrankung.

Treffen	Ort	Kontakt
Wöchentlich, außer am letzten Donnerstag im Monat 19.00 – 21.00 Uhr	Help Beratungsstelle für Krebs- betroffene Leverkusen e. V. Friedrich-Ebert-Straße 98 51373 Leverkusen	Ingrid Baare Anmeldung telefonisch unter 0214 44 470 oder per E-Mail an info@help-leverkusen.de

Krebserkrankungen

Selbsthilfegruppe für Menschen mit Krebs im Magen-Darm-Trakt und der Bauchspeicheldrüse

Zielgruppe: Betroffene und Angehörige mit Krebs der Verdauungsorgane (Speiseröhre, Magen, Bauchspeicheldrüse);

Aktivitäten: Bei unseren Treffen bieten wir die Möglichkeit zum offenen Austausch über alle Bereiche unserer Erkrankung an. Wir laden regelmäßig Experten zu kurzen Referaten zu uns betreffenden Themen ein, z.B. Ernährung, Rehabilitation, Onkologie, Chirurgie, Sozialdienst, Reha-Sport. Das Programm wird abgerundet durch gemeinsame Aktivitäten, wie einen jährlichen Kochkurs oder gemeinsame Wanderungen, einen Gesprächskreis, Rehasport, Vorträge, Fotoprojekt, gesunde Ernährung und Meditation. Die Treffen sind ebenfalls offen für Patienten anderer Krebsarten und deren Angehörige.

Aktuelle Termine finden Sie auf unserer Homepage: www.krebs-selbsthilfe-lev.de

Treffen	Ort	Kontakt
Monatlich	Klinikum Leverkusen	Marc Sander Christian Becker
Jeden 1. Montag im Monat	Besprechungsraum	Nicole Heising Nicole Jannick (0214 13 25 91)
17.00 – 18.30 Uhr	Geb. 1, Gebäudeteil O, 3. Stock	info@krebs-selbsthilfe-lev.de
	Am Gesundheitspark 11	
	51375 Leverkusen	

Strong women in balance – Montagsgruppe für krebsbetroffene Frauen

Die Gruppe ist offen für Frauen im jungen und mittleren Alter (ab 25 Jahren) mit einer Krebserkrankung. Die Teilnehmerinnen sind im Austausch über ihre Erfahrungen und ihre Herausforderungen und finden Entlastung und neue Energie im Miteinander. Für diejenigen, die sich über ihre Lebenssituation und deren Veränderungen austauschen und diese in einem geschützten Raum thematisieren möchten. Die Gruppe wird durch gezielte Impulse zu gewünschten Themen bereichert. Jede Emotion ist willkommen und wir erschaffen einen Wohlfühlort.

Treffen	Ort	Kontakt
Vierzehntägig	Help Beratungsstelle für Krebs-	Lorena Meiβ
Montag	betroffene Leverkusen e. V.	Anmeldung telefonisch unter
17.30 – 19.00 Uhr	Friedrich-Ebert-Straße 98 51373 Leverkusen	0214 44 470 oder per E-Mail an aktiv.trotzkrebs@help-leverkusen.de

Männer

Männergesprächskreis

In einem Männer-Gesprächskreis – Erfahrungen eines Teilnehmers:

In einer Männerrunde zu reden, zu fühlen, was mich bewegt; offen und frei. Den Raum zu haben, Dinge auszusprechen, die sonst keinen Platz finden. Erfahrungen zu teilen – Sorgen in Familie, Partnerschaft, Beruf oder im Kontakt mit anderen. Auch stolz zu sein auf das, was gelungen ist, ohne überheblich, doch berechtigt stolz.

Es auszusprechen, stehen zu lassen, zu spüren, wie sich Energie und Raum verändern. Etwas mitzunehmen, das nachwirkt, neue Sicht schenkt. Unsicherheit zeigen – bei Job, Gesundheit oder Familie – gelingt mir immer besser.

Ich fühle mich aufgehoben in diesem Kreis von Männern, die erzählen, wenn etwas schwer ist, und zugleich lachen können – miteinander und über sich selbst. Besonders macht für mich: Vertrautheit, Mut zur Tiefe statt Smalltalk, feste Zeiten zum Öffnen ohne Bewertung. Erkenntnis, dass manches klar wird, wenn ich oder ein anderer es ausspricht – als Mann, Freund, Vertrauter.

Treffen	Ort	Kontakt
Monatlich	Hoffnungskirche Rheindorf	Selbsthilfe-Kontaktstelle Leverkusen
Einladung per E-Mail	Solinger Str. 101	0214 50 09 20 47
Freitag	51371 Leverkusen	selfsthilfe-lev@paritaet-nrw.org
19.30 – 21.30 Uhr		

Multiple Sklerose

Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft, Ortsvereinigung Leverkusen e. V. (DMSG)

Wir sind eine Selbsthilfegruppe von Multiple Sklerose-Betroffenen. Die Ortsvereinigung versteht sich als Vereinigung aller MS-Patienten im Raum Leverkusen und Umgebung, aller Angehörigen sowie aller Freunde und Förderer, die helfen wollen, die Lebensumstände der MS-Betroffenen zu verbessern.

Unsere Zielsetzungen sind:

Informatives Wissen zur MS zu vermitteln, alltagsrelevante Hilfeleistungen anzubieten, den Austausch mit anderen Betroffenen zu ermöglichen, den Betroffenen zur Seite zu stehen und sie zu ermutigen, trotz der Erkrankung ein möglichst normales, aktives und engagiertes Leben zu führen und vor allem in der Öffentlichkeit noch mehr Aufmerksamkeit für das Thema MS zu wecken.

Treffen	Ort	Kontakt
Monatlich	Seniorenbegegnungsstätte	Kerstin Schallehn
Jeden 2. Dienstag im Monat	„Am Aquila Park“	0214 85 05 513
15.00 Uhr	Robert-Blum-Straße 15	mail@ms-leverkusen.de
Jeden 4. Dienstag im Monat	51373 Leverkusen	
18.00 Uhr		

Parkinson

Deutsche Parkinson Vereinigung e. V. – Regionalgruppe Leverkusen-Opladen

Die Selbsthilfe Parkinson möchte die Lebensumstände von Parkinson-Erkrankten und deren Angehörigen verbessern. Wir informieren, beraten und stärken, damit der Alltag besser bewältigt werden kann – eine Mitgliedspflicht besteht nicht.

Bei den monatlichen Gruppentreffen ist neben Fachvorträgen auch und gerade der Erfahrungsaustausch so wichtig. Aus den Erfahrungen der anderen zu lernen, sich auszutauschen und gegenseitig zu unterstützen, ist unser gemeinsames Ziel. Wir haben jährlich 12 Gruppentreffen mit unterschiedlichen Fachvorträgen und neuesten wissenschaftlichen Studien zu Parkinson und der Behandlung von Morbus Parkinson.

Weitere Angebote:

- » Reha-Sport jeden Dienstag, 14:15 Uhr, Sandstraße 33
- » gemeinsamer Tagesausflug im Frühjahr
- » Besuch einer Fachklinik im Sommer
- » einwöchiges Seminar für Parkinson-Betroffene und Angehörige im Herbst mit vielfältigen Aktivitäten

Schau gern vorbei – wir freuen uns auf dich!

Treffen	Ort	Kontakt
Jeden 2. Donnerstag im Monat 14.00 Uhr	Sandstraße 33 51379 Leverkusen	Anneliese Drese 02175 54 32 oder 0171 53 19 514 adrese@t-online.de

Pflegende Angehörige

Gesprächskreis für Angehörige von Menschen mit Demenz (Hitdorf)

Einen Angehörigen zu pflegen ist eine Herzensaufgabe, die den Pflegenden allerdings auch manchmal bis an die Belastungsgrenze und darüber hinaus bringt. Die AWO bietet in Kooperation mit der Villa Zündfunke deshalb einen Gesprächskreis für pflegende Angehörige an. Ziel ist es, einen Ort zu schaffen, an dem sie sich in vertrauter Atmosphäre mit Gleichgesinnten über ihre Sorgen und Belastungen austauschen können aber auch schöne Erfahrungen und Tipps teilen können.

Treffen	Ort	Kontakt
Monatlich Jeder 2. Donnerstag im Monat 16.00 Uhr	Villa Zündfunke Hitdorfer Straße 196 51371 Leverkusen	AWO Begegnungsstätte Treffpunkt Rheindorf Anke Hartmann 0214 82 02 597 hartmann@awo-lev.de www.treffpunkt-rheindorf.de

Pflegende Angehörige

Gesprächskreis für Angehörige von Menschen mit Demenz (Rheindorf)

Angehörige von Menschen mit Demenz treffen sich einmal im Monat unter fachlicher Begleitung zum Austausch. Ziel ist es die oft schwierige Betreuungssituation und damit verbundene Problematiken mit ebenfalls Betroffenen zu teilen und möglicherweise Tipps oder Entlastungsmöglichkeiten zu erfahren.

Treffen	Ort	Kontakt
Monatlich	AWO Begegnungsstätte	AWO Begegnungsstätte
Jeder 1. Donnerstag	Treffpunkt Rheindorf	Treffpunkt Rheindorf
im Monat	Königsberger Platz 28	Anke Hartmann
17.00 Uhr	51371 Leverkusen	0214 82 02 597 hartmann@awo-lev.de www.treffpunkt-rheindorf.de

Gesprächskreis pflegender Angehöriger (von demenzkranken Menschen)
Caritas-Verband Leverkusen e. V.

monatlicher Gesprächskreis:

- » Erfahrungsaustausch
- » Entlastung und Ermutigung
- » Unterstützung bei Fragen zur Alltagsbewältigung
- » Informationsveranstaltungen z. B. zu Hilfsangeboten,
- » Krankheitsbild und Verlauf der Demenz, Aktivierung, Umgang mit dem Erkrankten, u. a.

Eine Anmeldung ist erforderlich.

Treffen	Ort	Kontakt
Jeden 4. Donnerstag im Monat 17.30. – 19.00 Uhr	Café Aktiv Oulustraße 3 51375 Leverkusen	Claudia Faßbender 0214 85 54 24 44 claudia.fassbender@caritas-leverkusen.de Caritasverband Leverkusen Bergische Landstraße 86 51375 Leverkusen
Jeden 2. Freitag im Monat 10.30 – 12.00 Uhr		

Pflegende Angehörige

Digitaler Stammtisch für Eltern pflegebedürftiger Kinder

Alle Eltern und Familien stehen fortwährend vor unterschiedlichen Aufgaben und Herausforderungen.

Bei Eltern pflegebedürftiger Kinder kommen darüber hinaus noch viele Fragestellungen, Unsicherheiten und Entscheidungen hinzu, die es schwer machen können, den Alltag zu bewältigen.

Unser digitaler Stammtisch hilft, denn ihr seid nicht allein!

Bei unserem monatlichen gemeinsamen Austausch könnt ihr zusammen klönen, euch Tipps holen und wieder Mut fassen. Trefft Gleichgesinnte und ladet die Batterien wieder auf!

Die Einwahldaten zum Online-Stammtisch erhaltet ihr einige Tage vorher. Die Teilnahme ist kostenlos.

Treffen	Ort	Kontakt
Jeden 2. Dienstag im Monat 19.30 – 21.00 Uhr	digital	Selbsthilfe-Kontaktstelle Leverkusen 0214 50 09 20 47 selbsthilfe-lev@paritaet-nrw.org

Polio

Polio-Selbsthilfegruppe Leverkusen im Bundesverband Poliomyelitis e. V.

Bis in die 60er Jahre des vergangenen Jahrhunderts war Poliomyelitis eine gefürchtete Erkrankung. Oft verlief die Erkrankung symptomlos, einige führten zu Lähmungen, die sich oft zurückbilden. Bei anderen jedoch bestanden die Lähmungen auch fort.

Auch Jahrzehnte nachdem die Polio-Erkrankung überstanden schien können sich noch einschränkende Spätfolgen – das Post-Polio-Syndrom – einstellen, die zu Abbau von Muskeln, Kraft- und Ausdauerverlust, aber auch allgemeiner Abgeschlagenheit, Müdigkeit, Schmerzen und somit zu Einschränkungen der Lebensqualität führen. Oft sind Betroffene auf Rollstühle angewiesen.

In der Polio-Selbsthilfegruppe treffen sich Menschen, die oft in der Kindheit an Polio erkrankt waren, deren Angehörige und ggf. Therapeuten zum Erfahrungsaustausch und der gegenseitigen Unterstützung in allen Fragen, die die Erkrankung und die damit verbundenen Spätfolgen betreffen.

Treffen	Ort	Kontakt
Nach Absprache 6–8 mal pro Jahr Sonntags Mittags	Verschiedene Orte in Leverkusen	Axel Böttger 0171 73 55 558 Oder: Selbsthilfe-Kontaktstelle Leverkusen 0214 50 09 20 47 selfsthilfe-lev@paritaet-nrw.org

Psychische Erkrankungen

Die bunte Herde Leverkusen

Wir sind eine bunt gemischte, LGBTQI-freundliche Gruppe für junge und jung gebliebene Erwachsene.

Wir haben verschiedene psychische Krankheiten, wie Depressionen, Ängste, Borderline oder Bipolare Störung.

Wir treffen uns dienstags zu einer Befindlichkeitsrunde und anschließender offenen Themenrunde beim Karten spielen.

Treffen	Ort	Kontakt
Wöchentlich	Karlstraße 6	Herr Brüggemann
Dienstag	51379 Leverkusen	0157 57 19 72 12
17.00 – 19.00 Uhr		bunteherde@gmx.de

Lebenskünstlertreff

Bei uns findet Austausch über aktuelle Lebenssituationen und seelisches Wohlbefinden statt. Außerdem gibt es bei uns die Möglichkeit zu malen und zu musizieren. (Wir haben zwei Gitarren und Liederordner sowie diverse Malutensilien vor Ort.) Der Schwerpunkt unserer Selbsthilfegruppe liegt auf der Hilfe zur Selbsthilfe und dem gegenseitigen Austausch. Gelegentlich bieten wir gemeinsame Aktivitäten an. Wir freuen uns auf euch!

Treffen	Ort	Kontakt
Vierzehntägig Jeden 2. und 4. Dienstag im Monat 17.00 – 18.30 Uhr	Doktorsburg Rathenastraße 63 51373 Leverkusen	Regine Hack-Koschni 0152 26 87 77 41 Nina Voss 0160 52 96 355

Psychische Erkrankungen – Angst/Depression

Die Couch

Hallo, schön dass du uns gefunden hast! Wir sind eine Selbsthilfegruppe, die sich über Depressionen und Angstzustände austauscht. Falls du uns kennenlernen möchtest, sende uns bitte eine E-Mail.

Treffen	Ort	Kontakt
Jeden 2. und 4. Samstag im Monat 14.30 – 16.30 Uhr	LEVERKUSEN – der genaue Ort ist mit öffentlichen Verkehrsmitteln sehr gut erreichbar und wird per E-Mail-Kontakt veröffentlicht	SHG-DieCouch@gmx.de Ansprechpartner: Gregor

Psychische Erkrankungen – Depressionen

Dämonenjäger

Wir sind eine Selbsthilfegruppe mit dem Schwerpunkt Depressionen. Betroffene, Angehörige und alle, die sich gerne in einem respektvollen und friedlichen Kreis über das Thema unterhalten wollen.

Treffen	Ort	Kontakt
Jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat 18.00 – 20.00 Uhr	Karlstraße 6 51379 Leverkusen	shg.anmeldung@gmail.com Oder: Selbsthilfe-Kontaktstelle Leverkusen 0214 50 09 20 47 selbsthilfe-lev@paritaet-nrw.org

Rheuma

Deutsche Rheuma-Liga AG Leverkusen

Rheuma ist ein Oberbegriff für mehr als 100 verschiedene Erkrankungen.

Sie alle äußern sich in chronischen Schmerzen, können aber ganz unterschiedliche Körperbereiche betreffen. Die Rheuma-Liga berät Betroffene unabhängig und frei von kommerziellen Interessen. Sie bietet praktische Hilfe an und unterstützt Forschungsprojekte zu rheumatischen Erkrankungen. Der Verband tritt für die Interessen rheumakranker Menschen in der Gesundheits- und Sozialpolitik ein.

- » Wasser- und Trockengymnastik (4x wöchentlich)
- » Nordic Walking (Dienstag 09:00 Uhr)
- » Austausch nach Vereinbarung vor den Gruppenstunden
- » Ausflüge (monatlich)

Treffen	Ort	Kontakt
wöchentlich	bitte erfragen	0151 72 83 11 79

Schlafapnoe

Selbsthilfegruppe Schlafapnoe-Syndrom – SAS – Leverkusen

Die Selbsthilfegruppe Schlafapnoe-Syndrom Leverkusen wirkt im Stadtgebiet Leverkusen und richtet sich an alle Betroffenen und Angehörige mit der Diagnose Schlafapnoe-Syndrom. Die Gruppe ist offen für jedermann.

Treffen	Ort	Kontakt
1. Montag im Monat 17.30 – 19.00 Uhr	Gesundheitshaus Leverkusen (am Leverkusener Kreisel) 2. Etage, Eingang Nord (Der Paritätische Leverkusen) Ludwig-Erhard-Platz 1 51373 Leverkusen	Heinz-Josef Longerich 0172 66 74 581 info@selbsthilfe-sas-lev.de

Schlaganfall

Schlaganfallhilfe Bergisch Land e. V.

Ein Schlaganfall bedeutet eine gravierende „schlagartige“ Veränderung des ganzen Lebens für Betroffene und Angehörige. Wir stehen unterstützend zur Seite. Bei den Treffen zum Austausch finden sowohl gemeinsame Aktivitäten als auch Fachvorträge von verschiedenen Experten statt. Im Büro in Wermelskirchen beraten und helfen wir ehrenamtlich bei Fragen und Problemen.

Treffen	Ort	Kontakt
Jeden 4. Montag im Monat 16.00 – 18.00 Uhr	Kasino des Klinikums Leverkusen Paracelsusstraße 15 51375 Leverkusen	buero@schlaganfall-wk.de 02196 73 79 284 (auf AB sprechen) www.schlaganfall-wk.de Bürozeiten (Eich 47, 42929 Wermelskirchen): Dienstag 9.00 – 12.00 Uhr und Donnerstag 15.00 – 17.00 Uhr

Sucht – Alkohol

Al-Anon-Familiengruppe Leverkusen

Die Al-Anon Familiengruppen sind eine Selbsthilfegemeinschaft, die sich ausschließlich an Angehörige und Freunde von Alkoholikern richtet. Sie bieten Betroffenen Trost und Hilfe.

Treffen	Ort	Kontakt
Wöchentlich Montag 19.00 – 20.15 Uhr	bitte erfragen	Selbsthilfe-Kontaktstelle Leverkusen 0214 50 09 20 47 selfsthilfe-lev@paritaet-nrw.org

Sucht – Alkohol

Anonyme Alkoholiker – Meeting (Opladen)

Anonyme Alkoholiker sind eine Gemeinschaft von Menschen, die miteinander ihre Erfahrung, Kraft und Hoffnung teilen, um ihr gemeinsames Problem zu lösen und anderen zur Genesung vom Alkoholismus zu verhelfen.

Die einzige Voraussetzung für die Zugehörigkeit ist der Wunsch, mit dem Trinken aufzuhören.

Die Gemeinschaft kennt keine Mitgliedsbeiträge oder Gebühren, sie erhält sich durch eigene Spenden.

Die Gemeinschaft AA ist mit keiner Sekte, Konfession, Partei, Organisation oder Institution verbunden; sie will sich weder an öffentlichen Debatten beteiligen, noch zu irgendwelchen Streitfragen Stellung nehmen.

Unser Hauptzweck ist, nüchtern zu bleiben und anderen Alkoholikern zur Nüchternheit zu verhelfen.

(Präambel der Anonymen Alkoholiker)

Treffen	Ort	Kontakt
Mittwochs 19.30 Uhr mit Pause	Kölner Str. 139 51379 Leverkusen	www.anonyme-alkoholiker.de

Anonyme Alkoholiker – Meeting (Opladen)

Anonyme Alkoholiker sind eine Gemeinschaft von Menschen, die miteinander ihre Erfahrung, Kraft und Hoffnung teilen, um ihr gemeinsames Problem zu lösen und anderen zur Genesung vom Alkoholismus zu verhelfen.

Die einzige Voraussetzung für die Zugehörigkeit ist der Wunsch, mit dem Trinken aufzuhören.

Die Gemeinschaft kennt keine Mitgliedsbeiträge oder Gebühren, sie erhält sich durch eigene Spenden.

Die Gemeinschaft AA ist mit keiner Sekte, Konfession, Partei, Organisation oder Institution verbunden; sie will sich weder an öffentlichen Debatten beteiligen, noch zu irgendwelchen Streitfragen Stellung nehmen.

Unser Hauptzweck ist, nüchtern zu bleiben und anderen Alkoholikern zur Nüchternheit zu verhelfen.
(Präambel der Anonymen Alkoholiker)

Treffen	Ort	Kontakt
Donnerstags 19.00 Uhr mit Pause	An St. Remigius 7 51379 Leverkusen	www.anonyme-alkoholiker.de

Sucht – Alkohol

Anonyme Alkoholiker – Meeting (Rheindorf)

Anonyme Alkoholiker sind eine Gemeinschaft von Menschen, die miteinander ihre Erfahrung, Kraft und Hoffnung teilen, um ihr gemeinsames Problem zu lösen und anderen zur Genesung vom Alkoholismus zu verhelfen.

Die einzige Voraussetzung für die Zugehörigkeit ist der Wunsch, mit dem Trinken aufzuhören.

Die Gemeinschaft kennt keine Mitgliedsbeiträge oder Gebühren, sie erhält sich durch eigene Spenden.

Die Gemeinschaft AA ist mit keiner Sekte, Konfession, Partei, Organisation oder Institution verbunden; sie will sich weder an öffentlichen Debatten beteiligen, noch zu irgendwelchen Streitfragen Stellung nehmen.

Unser Hauptzweck ist, nüchtern zu bleiben und anderen Alkoholikern zur Nüchternheit zu verhelfen.

(Präambel der Anonymen Alkoholiker)

Treffen	Ort	Kontakt
----------------	------------	----------------

Montags 19.30 Uhr mit Pause	Solinger Straße 101 51371 Leverkusen (barrierefrei)	www.anonyme-alkoholiker.de
--------------------------------	---	--

Sucht – Alkohol, Drogen

Sucht SHG „Leuchtturm“ Leverkusen

Wir sind eine freie Selbsthilfegruppe, die 2008 gegründet wurde und sich an Menschen mit Suchterkrankung (Alkohol / Drogen / Medikamente) richtet. Während unserer Treffen sprechen wir über unsere Anhängigkeit und alles andere, das uns bewegt. Bei uns ist jede/r willkommen, egal welches Geschlecht, Alter, welche Nationalität oder Religion. Wir behandeln alle Gespräche absolut vertraulich. Auch Angehörige begrüßen wir gerne, denn sie sind Mitbetroffene einer Abhängigkeitserkrankung.

Wir freuen uns, wenn Du vor Deinem ersten Besuch Kontakt mit uns aufnimmst, aber auch spontane Teilnehmer sehen wir gerne.

Treffen	Ort	Kontakt
Wöchentlich	GBO-Begegnungsstätte	shg-leuchtturm-lev@mail.de
Freitag	Kölner Straße 100	0177 40 47 449
18.00 – 19.30 Uhr	51379 Leverkusen	

Sucht – Drogen

Narcotics Anonymous

Offen in der 1. Woche des Monats für Nicht-Süchtige.

Treffen

Jeden Dienstag
19.15 Uhr

Ort

Kölner Straße 139
51379 Leverkusen

Kontakt

www.narcotics-anonymous.de

Sucht – Spielsucht

Anonyme Spieler und Angehörige Leverkusen (GA)

Hilfe für Spielabhängige und Angehörige.

Treffen	Ort	Kontakt
bitte erfragen	bitte erfragen	Selbsthilfe-Kontaktstelle Leverkusen 0214 50 09 20 47 selfsthilfe-lev@paritaet-nrw.org

Transidentität/Transsexualität

Gendertreff e. V. – SHG Leverkusen – Für trans*-Menschen und Angehörige

Jeden ersten Samstag im Monat lädt das Team Gendertreff trans*-Menschen, Angehörige und Interessierte zu einem gemütlichen Erfahrungsaustausch ein. Auf Gendertreff.de gibt es ein Magazin/Blog mit Erfahrungsberichten, medizinischen und juristischen Themen, einem Forum, Links, Adressen und weiteren Infos. Zudem organisieren wir regelmäßig Events, Messen und Fachtagungen.

In zwangloser Atmosphäre bietet sich auf den Selbsthilfetreffen die Möglichkeit des persönlichen Kennenlernens und des Austausches. Erste Schritte im Schutz der Gruppe können gemacht werden: Ein Erscheinen im Geburts- oder Identitätsgeschlecht ist möglich. Durch weitere Angebote versuchen wir ein möglichst vollständiges Bild aus der Sicht von trans*-Menschen und deren Familien abzubilden. Dabei erheben wir keinen Anspruch auf Richtigkeit oder Vollständigkeit, da jede*r das Thema individuell lebt, erlebt und erfährt. Im Gendertreff e. V. können Transgender ihr inneres Ich ausleben, es genießen, es mit anderen teilen, wie selbstverständlich und problemlos das sein kann.

Treffen	Ort	Kontakt
Monatlich Jeden 1. Samstag im Monat 18.00 – 21.00 Uhr	Leverkusen	Stefanie Schlothauer kontakt@gendertreff.de www.gendertreff.de Oder: Selbsthilfe-Kontaktstelle Leverkusen 0214 50 09 20 47 selbsthilfe-lev@paritaet-nrw.org

Trauer

Domino – Trauerbegleitung für Kinder und Jugendliche

DOMINO versteht sich als Anlaufstelle für Kinder und Jugendliche, die einen nahestehenden Menschen durch Tod verloren haben.

In begleiteten Unterstützungsgruppen bietet DOMINO in Bergisch Gladbach und Leverkusen geschützte Räume, in denen den oft übersehnen trauernden Kindern und Jugendlichen – unabhängig vom sozialen Umfeld – Gelegenheit gegeben wird, ihren individuellen Trauerweg zu finden und auf positive und kreative Weise ihre Trauergefühle zu durchleben.

Es wird keine Therapie angeboten, sondern ein Mitgehen, Begleiten und Unterstützen der Trauernden. Zielgruppe sind Kinder und Jugendliche, die nach einem Todesfall Schwierigkeiten mit ihren Trauergefühlen haben oder Auffälligkeiten in ihrem Verhalten zeigen. Daneben werden Bezugspersonen, Pädagogen und andere interessierte/betroffene Personen beraten und informiert.

Treffen	Ort	Kontakt
Vierzehntägig Es gibt mehrere Gruppen an unterschiedlichen Tagen	Leverkusen und Bergisch Gladbach	info@domino-trauernde-kinder.de 0151 74 56 75 26 Oder: Selbsthilfe-Kontaktstelle Leverkusen 0214 50 09 20 47 selbsthilfe-lev@paritaet-nrw.org

Trauer

Hospiz e. V. – Offener Trauertreff für alle

Hier können Sie mit anderen trauernden Menschen:

- » Einander zuhören und Gedanken austauschen
- » Ihrer persönlichen Betroffenheit Raum geben
- » Über alles reden, was andere nicht (mehr) hören wollen.

Treffen	Ort	Kontakt
Jeden 1. Mittwoch im Monat 15.00 – 16.30 Uhr	Familienbildungsstätte Leverkusen Manforter Straße 186 51373 Leverkusen (nicht barrierefrei)	Hospiz e. V. Leverkusen Bruchhauser Straße 162 51377 Leverkusen 02171 21 23 info@hospiz-leverkusen.de

Hospiz e. V. – Sonntagsfrühstück für Trauernde

Hier steht wie bei den anderen Angeboten die Trauer im Fokus. Es wird miteinander gefrühstückt und dabei Gemeinschaft genossen. Sie können miteinander reden und Kontakte knüpfen.
Wichtig ist eine Anmeldung bis spätestens Mittwoch vor dem Treffen im Hospizbüro.

Treffen	Ort	Kontakt
Jeden 1. Sonntag im Monat 9.30 – 12.00 Uhr	In den Räumen der kath. Bildungsstätte Manfort Manforter Str. 186 51373 Leverkusen (nicht barrierefrei)	Hospiz e. V. Leverkusen Bruchhauser Straße 162 51377 Leverkusen 02171 21 23 info@hospiz-leverkusen.de

Trauer

Hospiz e. V. – Spaziergang für Trauernde

Wir möchten uns gemeinsam auf den Weg machen. Miteinander reden oder auch schwelen. Jeder so wie er mag. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an das Büro unter 02171 21 23.

Treffen	Ort	Kontakt
Monatlich	Der Ort wird nach dem Kontakt im Hospizbüro angegeben.	Hospiz e. V. Leverkusen Bruchhauser Straße 162 51377 Leverkusen 02171 21 23 info@hospiz-leverkusen.de

Hospiz e. V. – „Treff bei Zettel“

Ausgehend von der Erfahrung: „Wie das Leben so spielt“ wendet sich dieser Treff an Menschen, die in ihrem Alltag zwischen Kümmern und Kummer leben. Das Angebot richtet sich an alle Menschen, die in ihrem Alltag und Umfeld Veränderungen in Richtung Pflege, Betreuung, Tod und Trauer herannahen sehen. Qualifizierte Ehrenamtliche des Hospizvereins Leverkusen e. V. laden ein und bieten die Möglichkeit zum Austausch. Sie empfehlen sich als Navi in schwierigen Situationen und geben Hinweise auf Unterstützungsangebote in Leverkusen.

Der Hospizverein Leverkusen und das Kath. Bildungsforum heißen Sie zu diesem offenen Angebot herzlich willkommen.

Treffen	Ort	Kontakt
Jeden 2. Dienstag im Monat 17.00 – 19.00 Uhr	Café Zettel Altstadtstr. 20 51379 Leverkusen	Hospiz e. V. Leverkusen Bruchhauser Straße 162 51377 Leverkusen 02171 21 23 info@hospiz-leverkusen.de

Trauer

Trauergruppe für Hinterbliebene

Die AWO Senioren Begegnungsstätte bietet in Kooperation mit dem Hospiz Leverkusen e. V. eine Gesprächsgruppe für hinterbliebene und trauernde Menschen an. Der gemeinsame Austausch bietet Unterstützung und Begleitung beim Trauerprozess und schafft Raum für offene Fragen, die mit dem Verlust eines geliebten Menschen einhergehen.

Treffen	Ort	Kontakt
Monatlich Jeden 2. Donnerstag im Monat 17.00 Uhr	AWO Senioren Begegnungsstätte Rheindorf Königsberger Platz 28 51371 Leverkusen	Büro AWO Senioren Begegnungsstätte Rheindorf Benedikt Scheuß 0214 21 353 oder 0214 82 02 597 scheuss@awo-lev.de oder Hospiz Leverkusen e. V. 02171 21 23

Wohnen – Mehrgenerationen

Solemio e. V.

Der Verein SOLEMIO e. V. ist ein ehrenamtlich geführter, gemeinnütziger Verein, dem auch alle Hausbewohnerinnen und -bewohner in unserem Wohnprojekt an der Birkenbergstraße in Opladen angehören. SOLEMIO e. V. möchte aktiv in das Quartier wirken und das Wohnumfeld durch soziale und kulturelle Initiativen lebendiger gestalten. Wir setzen uns ein für ein inklusives Miteinander. Viele unserer Mitglieder sind bereits ehrenamtlich tätig und wir sind auf den Ebenen der Stadtverwaltung und nicht behördlicher Vereinigungen aktiv, um unser ehrenamtliches Wirken zum Wohle der Gemeinschaft auszubauen. Dabei sind uns Toleranz, gesellschaftliches Miteinander und weltanschauliche Vielfalt besonders wichtig.

Im Gemeinschaftsbereich des SOLEMIO-HAUSES werden zur Förderung des Quartiers Opladen Veranstaltungen des Vereins stattfinden. Menschen, die sich ehrenamtlich engagieren wollen, können gerne Mitglied werden.

Was wünschen Sie persönlich sich für eine gelungene Inklusion?

Treffen	Ort	Kontakt
Jeder 4. Samstag im Monat 11.00 Uhr	bitte erfragen	0157 54 20 19 47 vorstand@solemio-ev.de www.solemio-ev.de

Auflistung ohne Anspruch auf Vollständigkeit

Nicht alle bestehenden Gruppen sind in diesem Verzeichnis vertreten. Regelmäßig ändern sich Kontaktdaten und neue Gruppen werden gegründet.

Sie haben Interesse an einem Thema oder Ihr Thema ist nicht dabei? Sprechen Sie uns an!

KEINE PASSENDE GRUPPE GEFUNDEN?

www.selbsthilfenetz.de – Das große Selbsthilfeportal

Hier finden Sie:

- » über 8000 Selbsthilfegruppen in NRW sortiert nach Themen
- » Selbsthilfe-Kontaktstellen und -Büros in NRW mit Kontaktdataen und Infos zu landesweiten Selbsthilfeorganisationen
- » Antworten rund um das Thema Selbsthilfe, sowie Arbeitshilfen für Selbsthilfegruppen, Podcasts und Fernsehbeiträge



Weitergehende Hilfen/Beratungsstellen



Beratungsstellen

ANTIDISKRIMINIERUNG

Antidiskriminierungsstelle – Fachbereich 03

Friedrich-Ebert-Straße 17
51373 Leverkusen
0214 40 68 306
antidiskriminierung@stadt.leverkusen.de
www.leverkusen.de/rathaus/gleichstellungsbuero

BEHINDERUNG

Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung (EUTB®)

Leverkusen

Der Paritätische Leverkusen
Ludwig-Erhard-Platz 1
51373 Leverkusen
0214 86 91 19 07 oder 0152 02 88 49 71
teilhabeberatung-lev@paritaet-nrw.org
www.teilhabeberatung-leverkusen.de

BEHINDERUNG

KoKoBe Leverkusen

**Koordinierungs- Kontakt- und Beratungsangebote
für Menschen mit Behinderung**
Gerhart-Hauptmann-Str. 34 a
51379 Leverkusen
02171 3 40 79 28
info@kokobe-lev.de
www.kokobe-lev.de

BESCHÄFTIGUNGSFÖRDERUNG

JOB Service Beschäftigungsförderung Leverkusen gGmbH
Gerichtsstraße 10
51379 Leverkusen-Opladen
02171 94 74 11
info@joblev.de
www.joblev.de/beratung-und-vermittlung/

FRAUEN

Fachstelle gegen sexualisierte Gewalt

Manforter Straße 184
51373 Leverkusen
0214 406-5212
FsG@stadt.leverkusen.de

Frauenberatungsstelle Leverkusen e.V.

Interventionsstelle bei häuslicher Gewalt
Birkenbergstraße 35
51379 Leverkusen
02171 28 320
kontakt@frauenberatungsstelle-leverkusen.de
www.frauenberatungsstelle-leverkusen.de

Frauenberatungsstelle gegen sexualisierte Gewalt e. V.,

Beratungsstelle gegen sexualisierte Gewalt e. V.
Damaschkestraße 53
51373 Leverkusen
0214 20 61 598
info@frauennotruf-lev.de
www.frauennotruf-lev.de

GLEICHSTELLUNG

Gleichstellungsbüro – Fachbereich 03

Friedrich-Ebert-Straße 17
51373 Leverkusen
0214 40 68 301
03@stadt.leverkusen.de
www.leverkusen.de/rathaus/gleichstellungsbuero/

LEBENS- UND ERZIEHUNGSBERATUNG

Familienberatungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche Diakonisches Werk

Pfarrer-Schmitz-Straße 9
51373 Leverkusen
0214 382 500
familienberatungsstelle@diakonie-leverkusen.de
www.diakonie-leverkusen.de

Beratungsstellen

LEBENS- UND ERZIEHUNGSBERATUNG

Kinderschutzbund OV Leverkusen

Rat und Hilfe für Eltern

Erziehungsberatung, Hilfsangebote & Unterstützung

Bracknellstraße 32

51379 Leverkusen

02171 58 14 78

info@dksb-leverkusen.de

www.dksb-leverkusen.de/erziehungsberatung/

Sozialdienst katholischer Frauen e. V. Leverkusen

Düsseldorfer Straße 2

51379 Leverkusen

02171 4903-0

info@skf-leverkusen.de

www.skf-leverkusen.de

SKM e. V. Leverkusen

Rat-Deycks-Straße 15-17

51379 Leverkusen

02171 39 94 80

info@skm-leverkusen.de

Psychologische Familienberatungsstelle der Stadt Leverkusen

Manforter Straße 184 (Eingang 3)

51373 Leverkusen

0214 406-52 31

familienberatung@stadt.leverkusen.de

Schulpsychologischer Dienst

Manforter Straße 184

51373 Leverkusen

0214 406-52 01

schulpsychologie@stadt.leverkusen.de

KREBS

**help - Beratungsstelle für Krebsbetroffene
Leverkusen e. V.**

Friedrich-Ebert-Straße 98

51373 Leverkusen

0214 44 470

info@help-leverkusen.de

www.help-leverkusen.de

SCHWANGERSCHAFT

**AWO Beratungsstelle für Schwangerschaft,
Sexualität und Partnerschaft**

Berliner Platz 3

51373 Leverkusen

02171-2 75 29

beratungsstelle@awo-lev.de

www.awo-beratungsstelle-lev.de

esperanza – Schwangerschaftsberatung

Goethestraße 3

51379 Leverkusen

02171 743 96 97

esperanza@skf-leverkusen.de

www.caritas.erzbistum-koeln.de/leverkusen-skf/hilfen-angebote/esperanza

pro familia Leverkusen

Nobelstr. 19

51373 Leverkusen

0214 40 18 04

leverkusen@profamilia.de

www.profamilia.de/leverkusen

Beratungsstellen

SCHULDEN

AWO Beratungsdienste gGmbH

„Schuldnerberatung“

Tannenbergstraße 66

51373 Leverkusen

0214 60 27 456

sb@awo-beratung-lev.de

Trägerunabhängige Beratungsstelle

Pflege- und Wohnberatung der Stadt Leverkusen

Miselohestraße 4

51379 Leverkusen

0214 40 65 00 14

0214 40 65 00 15

pflegeberatung@stadt.leverkusen.de

www.stadt.leverkusen.de

SENIOREN UND PFLEGE

Der Paritätische NRW

Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Leverkusen

Ludwig-Erhard-Platz 1

51373 Leverkusen

0214 50 06 58 94

pflegeselbsthilfe-lev@paritaet-nrw.org

www.pflegeselbsthilfe-leverkusen.de

SUCHT UND PSYCHISCHE ERKRANKUNGEN

Sozialpsychiatrische Ambulanz

der SPZ-gemeinnützige GmbH

Kölner Straße 95

51379 Leverkusen

0214 83 33-22

spa@spzleverkusen.de

www.spzleverkusen.de

LVR-Klinik Langenfeld

Behandlungszentrum für seelische Gesundheit

Leverkusen

Paracelsusstraße 17

51375 Leverkusen

0214 20 69 26-900

bz-leverkusen.klinik-langenfeld@lvr.de

**In Krisen- und Notfallsituationen ist die zentrale
Aufnahme in Haus 60 täglich 24 Stunden erreichbar.**

02173 10 22 003

aufnahme.klinik-langenfeld@lvr.de

Suchthilfe gGmbH Leverkusen

Pfarrer-Schmitz Straße 9/Dönhoffstraße 2

51373 Leverkusen

» Beratung für Betroffene

Alkohol – Medikamente – Glücksspiel:

Carsten Strohn 0214 87 09 21 13

strohn@suchthilfe-lev.de

» Beratung für Betroffene

Drogen:

Kathi Schoppmeyer/Friederike Schwegmann

0214 87 09 21 45

schoppmeyer@suchthilfe-lev.de

schwegmann@suchthilfe-lev.de

» Beratung Angehörige

Dina Schmitz 0214 87 09 21 17

schmitz@suchthilfe-lev.de

www.suchthilfe-lev.de

Instagram: @suchthilfe.lev

TRAUER

Hospiz Leverkusen e. V. (ambulanter Hospizdienst)

Bruchhauser Str. 162

51377 Leverkusen

02171 21 23

info@hospiz-leverkusen.de

www.hospiz-leverkusen.de

Notfallnummern



Notfallnummern

Feuerwehr und Rettungsdienst

112

Polizei

110

Opfernotruf

116 006

Telefon-Seelsorge

Gemeinsames Angebot der ev. und kath. Kirche

0800 111 0 111 (gebührenfrei)

0800 111 0 222 (gebührenfrei)

www.telefonseelsorge.de

Jugendtelefon

0800 111 0 444 (gebührenfrei)

0800 111 0 333 (gebührenfrei)

Info-Telefon Depression

Deutsche Depressionshilfe

0800 33 44 533

www.deutsche-depressionshilfe.de

Beratungsstelle für Angehörige psychisch erkrankter Menschen

0221 73 90 734

<https://www.ratundtat-ev.koeln/>

Hotline für Frauen, die von Gewalt betroffen sind, sowie Personen im sozialen Umfeld

0800 116 016 (gebührenfrei)

Hotline für Männer, die von Gewalt betroffen sind, sowie Personen im sozialen Umfeld

0800 123 99 00 (gebührenfrei)

Hilfe-Telefon Schwangere in Not

Anonyme Beratung – auch zur vertraulichen Geburt

0800 40 40 020 (gebührenfrei)

Notfallnummern

Frauenhaus Leverkusen

0214 49 408 (Tag und Nacht)

frauen.helfen.frauen.lev@t-online.de

Silbernetz

Gegen Einsamkeit im Alter

Täglich von 8 bis 22 Uhr.

Anonym, vertraulich und kostenfrei.

0800 4 70 80 90

Ärztlicher Bereitschaftsdienst

Sie ist die richtige Nummer, wenn jemand umgehend ärztliche Hilfe braucht, die Situation aber nicht lebensbedrohlich ist – und wenn die normalen Arztpraxen geschlossen sind. Hier erfährt man, welche Bereitschaftspraxis vor Ort geöffnet ist.

116 117

Therapieplatz

Suchst du einen Therapieplatz, versuche es einmal unter:

www.therapie.de

Hilfe im Netz

www.U25-deutschland.de (Für junge Menschen mit Suizidgedanken)

www.deutsche-depressionshilfe.de

www.anonyme-alkoholiker.de

www.blaues-kreuz.de

www.echte-maenner-reden.de

www.kreuzbund.de

www.Fideo.de (Depressionshilfe)

**HOL DIR HILFE,
DU BIST ZU
WERTVOLL**

Weitere unterstützende Einrichtungen

Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung (EUTB®)

Die EUTB® berät kostenlos Menschen mit Einschränkungen und Behinderungen, von Behinderung bedrohte Menschen, sowie deren Angehörige und das soziale Umfeld (Freunde, nahestehende Personen). Sie erfolgt unabhängig vom Alter. Sie unterstützt Ratsuchende bei allen Fragen rund um die Teilhabe und Rehabilitation. Die Berater*innen beraten nach dem Peer-Konzept von Betroffenen für Betroffene, auf Augenhöhe, behinderungsübergreifend nach dem Grundsatz: „Eine für ALLE“.



Die EUTB® wird vom Bundesministerium für Arbeit und Soziales gefördert. Träger der Ergänzenden unabhängigen Teilhabeberatung (EUTB®) Leverkusen sind die Kette e. V. und der Paritätische Wohlfahrtsverband NRW.

Sprechzeiten

Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung (EUTB®) Leverkusen
Ludwig-Erhard-Platz 1
51373 Leverkusen
0214 86 91 19 07
teilhabeberatung-lev@paritaet-nrw.org
www.teilhabeberatung-leverkusen.de

Telefonische Erreichbarkeit und Termine nach Vereinbarung:
Montag und Mittwoch: 9.00 Uhr bis 16.00 Uhr
Dienstag und Freitag: 9.00 Uhr bis 14.00 Uhr

Offene Sprechstunde:
Dienstag: 9.00 Uhr bis 11.00 Uhr

Weitere unterstützende Einrichtungen

Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe

Ca. 2/3 der pflegebedürftigen Menschen in Leverkusen werden zu Hause von der Familie gepflegt und betreut. Für pflegende Angehörige ist das eine große Verantwortung und Herausforderung. Sich mit anderen Menschen auszutauschen, die ebenfalls ihre Eltern, Partner*in oder ihr Kind pflegen, kann dabei helfen, besser mit dieser Herausforderung und den Belastungen umzugehen.

Im Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe (KoPs) in Leverkusen werden Interessierte über bestehende Selbsthilfegruppen für pflegende Angehörige in der Stadt informiert. Außerdem werden bestehende Gruppen in ihrer Arbeit begleitet, die Gründung und der Aufbau neuer Gruppen unterstützt und bei der Beantragung und Abwicklung finanzieller Förderungen der Gruppenarbeit geholfen.



Sprechzeiten

Dienstag 9.00 – 12.00 Uhr
sowie nach Vereinbarung

Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe
Ludwig-Erhard-Platz 1
51373 Leverkusen
02174 50 06 58 94
pflegeselbsthilfe-lev@paritaet-nrw.org
www.pflegeselbsthilfe-leverkusen.de

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



LANDESVERBÄNDE
DER PFLEGEKASSEN

 PKV
Verband der Privaten
Krankenversicherung

Impressum

Herausgeber

Der Paritätische Nordrhein-Westfalen e. V.
Selbsthilfe-Kontaktstelle Leverkusen
Ludwig-Erhard-Platz 1
51373 Leverkusen
Telefon: 0214 50 09 20 47
Fax: 0214 50 09 20 48
E-Mail: selbsthilfe-lev@paritaet-nrw.org

Redaktion

Selbsthilfe-Kontaktstelle Leverkusen
Nicole Stein
Sandra Blackburn
Leonora Rakipi

Leichte Sprache

Anna Schnau | sozial-schmiede
(Mitglied im Netzwerk Leichte Sprache)
Prüfung durch ausgebildete Prüfer*innen
der Lebenshilfe Witten

Gestaltung

rosapfeffer Vera Conrad

Copyrights Grafiken

Titel cooperr | stock.adobe.com
S. 7 Der Paritätische NRW
S. 10 – 13 Lebenshilfe für Menschen mit geistiger
Behinderung Bremen e. V.,
Illustrator Stefan Albers
S. 14 Halfpoint | stock.adobe.com
S. 69 Syda Productions | stock.adobe.com
S. 76 sitthiphong | stock.adobe.com

Erscheinungsdatum

Januar 2026

Notizen



Wegweiser in die Selbsthilfe

Selbsthilfegruppen und Initiativen in Leverkusen

www.selbsthilfe-leverkusen.de