

Selbsthilfe-Kontaktstellen / -Büros in Westfalen-Lippe

Kreis / kreisfr.Stadt	Anschrift, Telefon, Telefax, E-Mail	Sprechzeiten	Ansprechpartner/in
Bielefeld	Selbsthilfe-Kontaktstelle Bielefeld Stapenhorststraße 5, 33615 Bielefeld Telefon: 0521 9640696 Telefax: 0521 9640697 E-Mail: selbsthilfe-bielefeld@paritaet-nrw.org www.selbsthilfe-bielefeld.de	Mo – Do 10:00 – 13:00 Uhr Di 15:00 – 18:00 Uhr und nach Terminvereinbarung	Christa Steinhoff-Kemper Uwe Ohlrich Ina Ricarda Sahrhage
Bochum	Selbsthilfe-Kontaktstelle Bochum Alsenstraße 19 a, 44789 Bochum Telefon: 0234 23991111 E-Mail: selbsthilfe-bochum@paritaet-nrw.org www.selbsthilfe-bochum.de www.facebook.com/selbsthilfe.bochum	Mo, Di 10:00 – 13:00 Uhr Mi 15:00 – 17:00 Uhr Do 10:00 – 12:00 Uhr 15:00 – 18:00 Uhr und nach Terminvereinbarung	Birte Hackstedt Dorothee Köllner Chantal Hüllwegen
Bottrop	Selbsthilfe-Büro Bottrop Gerichtsstraße 3, 46236 Bottrop Telefon: 02041 23019 E-Mail: selbsthilfe-bottrop@paritaet-nrw.org www.selbsthilfe-bottrop.de	Mo 15:00 – 17:00 Uhr Di, Do 9:00 – 13:00 Uhr und nach Terminvereinbarung	Friederike Lelgemann
Coesfeld/ Borken	Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Coesfeld / Kreis Borken Graf-Friedrich-Straße 24, 46325 Borken Telefon: 02861 6053100 E-Mail: selbsthilfe-coesfeld-borken@paritaet-nrw.org www.selbsthilfe-coesfeld-borken.de	Di, Fr 10:00 – 12:00 Uhr Di 14:00 – 16:00 Uhr und nach Terminvereinbarung	Melanie Goreta Martina Nötzold Hannelore Heymann
	Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Coesfeld / Kreis Borken Süringstraße 40, 48653 Coesfeld Telefon: 02541 9260222 Telefax: 02541 9260395 E-Mail: selbsthilfe-coesfeld-borken@paritaet-nrw.org www.selbsthilfe-coesfeld-borken.de	Mo, Do 10:00 – 12:00 Uhr Do 14:00 – 16:00 Uhr und nach Terminvereinbarung	Martina Nötzold Melanie Goreta Hannelore Heymann
Dortmund	Selbsthilfe-Kontaktstelle Dortmund Ostenhellweg 42 – 48, Eingang Moritzgasse, 44135 Dortmund Telefon: 0231 529097 Telefax: 0231 52090 E-Mail: selbsthilfe-dortmund@paritaet-nrw.org www.selbsthilfe-dortmund.de	Mo, Mi, Fr 9:00 – 13:00 Uhr Mo, Mi, Do 14:00 – 16:30 Uhr und nach Vereinbarung	Sven Roder Sabine Wojczak Daniel Muschellik Vivien Metzack Kirsten Danner
	Nebenstelle: Knappschafts-Krankenhaus Lütgendortmund Volksgartenstraße 40, 44388 Dortmund Telefon: 0231 529097 Telefax: 0231 52090	Nach telefonischer Anmeldung jeden 1. Dienstag im Monat 14:00 – 16:00 Uhr	
Ennepe-Ruhr-Kreis	Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe, KISS EN-Süd Kölner Str. 25, 58285 Gevelsberg Telefon: 02332 664029 E-Mail: kiss-ensued@en-kreis.de www.en-kreis.de	Mo, Mi, Do 9:00 – 12:00 Uhr Di 14:00 – 17:00 Uhr und nach Terminvereinbarung	Susanne Auferkorte Katrin Heidenreich Christel Brücker
	Selbsthilfe-Kontaktstelle Witten-Wetter-Herdecke Dortmunder Straße 13, 58455 Witten Telefon: 02302 1559 Telefax: 02302 81375 E-Mail: selbsthilfe-witten@paritaet-nrw.org www.paritaetischer-ennepe-ruhr-kreis.de	Mo 10:00 – 12:00 Uhr Di, Do 10:00 – 14:00 Uhr Mi 15:00 – 18:00 Uhr	Anke Steuer Alessandra Hecht Silke Andersen
	Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe, Hattingen / Sprockhövel Kirchplatz 19, 45525 Hattingen Telefon: 02324 9025060 Telefax: 02324 9025062 E-Mail: kiss.hattingen@diakonie-mark-ruhr.de www.diakonie-mark-ruhr.de/unterstuetzung-und-beratung/kiss/	Di 9:00 – 13:00 Uhr Do 14:00 – 18:00 Uhr	Michael Klüter Birgit Pelke

Kreis / kreisfr. Stadt	Anschrift, Telefon, Telefax, E-Mail	Sprechzeiten	Ansprechpartner/in
	Nebenstelle: Diakoniestation Hattingen / Sprockhövel Hauptstraße 8 a, 45549 Sprockhövel Telefon: 02324 9025060 Telefax: 02324 9025062	Jeden 1. Dienstag im Monat 14:00 – 16:00 Uhr	
Gelsen- kirchen	Selbsthilfe-Kontaktstelle Gelsenkirchen Dickampstraße 12, 45879 Gelsenkirchen Telefon: 0209 9132810 Telefax: 0209 9132833 E-Mail: selbsthilfe-ge@paritaet-nrw.org www.selbsthilfe-ge.de	Mo – Mi 10:00 – 13:00 Uhr Do 14:00 – 17:00 Uhr und nach Terminvereinbarung	Sophia Frehse Felix Wurmes
Gütersloh	BIGS – Bürgerinformation Gesundheit und Selbsthilfekontaktstelle des Kreises Gütersloh Blessenstätte 1, 33330 Gütersloh Telefon: 05241 852882 Telefax: 05241 8534100 E-Mail: bigs@kreis-guetersloh.de www.kreis-guetersloh.de	Di – Fr 10:00 – 13:30 Uhr Do 14:30 – 16:30 Uhr	Jenny von Borstel Katja Prause Sabine Baum
Hagen	Selbsthilfe-Büro Hagen im Paritätischen NRW Bahnhofstraße 41, 58095 Hagen Telefon: 02331 181516 E-Mail: selbsthilfe-hagen@paritaet-nrw.org www.selbsthilfe-hagen.de	Mo 14:00 – 16:00 Uhr Mi 10:00 – 12:00 Uhr	Isabel Becker Pia Kröger-Götze
	Selbsthilfe-Büro Hagen, Stadt Hagen, Fachbereich Gesundheit und Verbraucherschutz Berliner Platz 22, 58089 Hagen Telefon: 02331 2073714 Telefax: 02331 2072453 E-Mail: angelika.stricker@stadt-hagen.de www.hagen.de	Fr 9:00 – 12:00 Uhr	Angelika Stricker
Hamm	Selbsthilfe-Kontaktstelle Hamm Bahnhofstraße 4, 59065 Hamm Telefon: 02381 12028 Telefax: 02381 22207 E-Mail: selbsthilfe-hamm@paritaet-nrw.org www.selbsthilfe-hamm.de	Mo, Mi 10:00 – 12:00 Uhr 14:00 – 16:00 Uhr Do 10:00 – 12:00 Uhr und nach Terminvereinbarung	Monika Dirks Nikolas Hattenhauer Tatjana Lais
Herford	Paritätisches Selbsthilfe-Büro Herford Werrestraße 100, 32049 Herford Telefon: 05221 50857 E-Mail: selbsthilfe-herford@paritaet-nrw.org www.selbsthilfe-herford.de	Mo 10:00 – 12:00 Uhr Mi 12:00 – 15:30 Uhr und nach Terminvereinbarung	Iris Busse Ina-Ricarda Sahrhage
Herne	Buez - Selbsthilfe-Netzwerk Herne Rathausstraße 6, 44649 Herne Telefon: 02323 163636 Telefax: 02323 163626 E-Mail: buez@herne.de www.buez-herne.de	Mo, Di 9:00 – 12:00 Uhr 13:30 – 15:30 Uhr Do 9:00 – 12:00 Uhr 14:00 – 16:00 Uhr und nach Terminvereinbarung	Zeki Boran Karola Mono Jana Mühlegg
Hochsauer- landkreis	Selbsthilfe-Kontaktstelle Hochsauerlandkreis Clemens-August-Straße 116, 59821 Arnsberg Telefon: 02932 2012270 Telefax: 02932 2012279 E-Mail: selbsthilfe@arnsberg.de www.arnsberg.de/selbsthilfe	Mo, Di 9:00 – 12:00 Uhr Di 14:00 – 16:00 Uhr Do 14:00 – 18:00 Uhr und nach Terminvereinbarung	Dieter Beckmann Stefanie Bönsch Victoria Croonen
Lippe	Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Lippe Bismarckstraße 8, 32756 Detmold Telefon: 05231 561260 Telefax: 05231 561269 E-Mail: selbsthilfe-lippe@paritaet-nrw.org www.selbsthilfe-lippe.de	Mo – Mi 10:00 – 13:00 Uhr Do 10:00 – 17:00 Uhr	Jasmin Sasse Silke Stegelmann Antje Bruns
Märkischer Kreis	Selbsthilfe-Kontaktstelle Märkischer Kreis Friedrichstraße 30, 58507 Lüdenscheid Telefon: 02351 390526 Telefax: 02351 988913 E-Mail: selbsthilfe-mk@paritaet-nrw.org www.selbsthilfe-mk.de	Mo – Do 10:00 – 13:00 Uhr Do 15:00 – 17:00 Uhr und nach Terminvereinbarung	Tina Stahlschmidt Ina Rath Martina Bettelhäuser- Mösch

Kreis / kreisfr. Stadt	Anschrift, Telefon, Telefax, E-Mail	Sprechzeiten	Ansprechpartner/in
Minden- Lübbecke	Selbsthilfe-Kontaktstelle PariSozial Minden-Lübbecke/Herford Simeonstraße 17-19, 32423 Minden Telefon: 0571 8280217 und 8280224 E-Mail: selbsthilfe-mi-lk@paritaet-nrw.org www.selbsthilfe-minden-luebbecke.de	Mo 9:00 – 13:00 Uhr 14:00 – 17:00 Uhr Di 9:00 – 13:00 Uhr Do 9:00 – 13:00 Uhr 14:00 – 17:00 Uhr	Katja de Vink Heike Knülle Ramona Wojahn
Münster	Selbsthilfe-Kontaktstelle Münster Dahlweg 112, 48153 Münster Telefon: 0251 60933230 Telefax: 0251 6185112 E-Mail: selbsthilfe-muenster@paritaet-nrw.org www.selbsthilfe-muenster.de	Mo, Di, Do, Fr 10:00 – 13:00 Uhr Do 15:00 – 17:00 Uhr	Renate Ostendorf Marco Tammen Rosi Lürenbaum Lina Kohl
Olpe	Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Olpe Deutsches Rotes Kreuz Löherweg 9, 57462 Olpe Telefon: 02761 2643 und 0160 5852607 Telefax: 02761 834687 E-Mail: shk@kv-olpe.drk.de www.drk-kv-olpe.de/angebote/selbsthilfe/selbsthilfe-kontaktstelle.html	Mo, Do 09:00 – 17:00 Uhr Di, Mi 10:00 – 16:00 Uhr und nach Terminvereinbarung	Lena Schulte Jörg Boenig Petra Weinbrenner-Dorff
Paderborn	Selbsthilfe-Kontaktstelle Paderborn Bleichstraße 39 a, 33102 Paderborn Telefon: 05251 8782960 Telefax: 05251 8782958 E-Mail: selbsthilfe-paderborn@paritaet-nrw.org www.selbsthilfe-paderborn.de	Mo, Di 9:30 – 13:00 Uhr Do 14:00 – 17:00 Uhr	Ute Mertens Katharina Gratz Hanna Bielefeld
Reckling- hausen	Netzwerk Bürgerengagement, Freiwilligenzentrum u. Selbsthilfe-Kontaktstelle Oerweg 38, 45657 Recklinghausen Telefon: 02361 109735 Telefax: 02361 109743 E-Mail: selbsthilfe-re@paritaet-nrw.org www.netzwerkbuengerengagement.de	Mo, Mi, Do, Fr 9:00 – 12:00 Uhr Di 14:00 – 18:00 Uhr	Sebastian Flecken Jutta Baack
Siegen- Wittgenstein	Selbsthilfe-Kontaktstelle der Diakonie in Südwestfalen gGmbH Sieghütter Hauptweg 3, 57072 Siegen Telefon: 0271 5003131 Telefax: 0271 5003109 E-Mail: selbsthilfe@diakonie-sw.de www.beratungsdienste-diakonie.de/selbsthilfekontaktstelle	Mo - Do 9:00 – 12:00 Uhr und nach Terminvereinbarung	Silke Sartor Christine Kottolinsky Silke Goldbach
Soest	KISS für den Kreis Soest im Gesundheitsamt Hoher Weg 1 – 3, 59494 Soest Telefon: 02921 302162 Telefax: 02921 302633 E-Mail: kiss@kreis-soest.de www.kreis-soest.de	Mo, Di 8:00 – 16:00 Uhr Mi, Fr 8:00 – 12:00 Uhr Do 8:00 – 17:00 Uhr und nach Terminvereinbarung	Astrid Schlüter Dana Stinson Christiane Ebeling
Steinfurt	Netzwerk Selbsthilfe und Ehrenamt Rudolf-Diesel-Str. 5, 48282 Emsdetten Telefon: 02572 9601684 Telefax: 02572 9601685 E-Mail: netzwerk-steinfurt@paritaet-nrw.org www.netzwerkselfbsthilfeundehrenamt.de www.facebook.com/selbsthilfe.kreis.steinfurt	Mo, Mi 10:00 – 13:00 Uhr 14:00 – 16:00 Uhr Do 10:00 – 13:00 Uhr und nach Terminvereinbarung	Ute Silwedel Larissa Loges Holger Wermers

Kreis / kreisfr. Stadt	Anschrift, Telefon, Telefax, E-Mail	Sprechzeiten	Ansprechpartner/in
Unna	Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen - Gesundheitshaus Massener Str. 35, 59423 Unna Telefon: 02303 272829 Telefax: 02303 275654 E-Mail: selbsthilfe@kreis-unna.de , jungeselbsthilfe@kreis-unna.de www.kreis-unna.de/selbsthilfe	Mo – Do 9:00 – 16:00 Uhr Fr 9:00 – 12:00 Uhr und nach Terminvereinbarung	Margret Voß Laura Schwarz
	Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen - Gesundheitshaus Roggenmarkt 18 – 20, 44532 Lünen Telefon: 02306 100610 Telefax: 02306 275654 E-Mail: selbsthilfe@kreis-unna.de , jungeselbsthilfe@kreis-unna.de www.kreis-unna.de/selbsthilfe	Mo – Do 9:00 – 15:30 Uhr Fr 9:00 – 12:00 Uhr und nach Terminvereinbarung	Lisa Nießalla Melanie Boßert
	Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen – Treffpunkt Gesundheitshaus Kleppingstraße 4, 58239 Schwerte Telefon: 02304 2407022 Telefax: 02304 275654 E-Mail: selbsthilfe@kreis-unna.de , jungeselbsthilfe@kreis-unna.de www.kreis-unna.de/selbsthilfe	Mo 9:00 – 14:00 Uhr Fr 9:00 – 12:00 Uhr und nach Terminvereinbarung	Susanne Götz
Warendorf	Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Warendorf Waterstroate 6, 48231 Warendorf Telefon: 02581 4679988 Telefax: 02581 4679987 E-Mail: selbsthilfe-warendorf@paritaet-nrw.org www.selbsthilfe-warendorf.de	Mo – Do 9:00 – 12:00 Uhr Di 14:00 – 15:30 Uhr Do 15:00 – 17:00 Uhr und nach Terminvereinbarung	Christiane Vollmer Sabine Tenambergen Daniela Rehnen