

Projekt In-Gang-Setzer – die beteiligten Selbsthilfe-Kontaktstellen

Projektleitung: Andreas Greiwe

Der Paritätische NRW – Kreisgruppe Steinfurt,
Friedrichstr. 1-2, 48282 Emsdetten

Tel.: (0 25 72) 95 35 66; Email: greiwe@paritaet-nrw.org



| Selbsthilfe-Kontaktstelle Bielefeld | |
|--|--|
| Telefon | (05 21) 96 40 6-96 |
| Internet | www.selbsthilfe-bielefeld.de |
| Sprechzeiten | Mo, Mi, Do 10-13 Uhr, Di 15-18 Uhr |

| KISS Kontakt- u. Informationsstelle für Selbsthilfe Chemnitz | |
|---|--|
| Telefon | 0371 / 600 48-70 /-71 |
| Internet | www.kiss.stadtmission-chemnitz.de |
| Sprechzeiten | Di, Mi 13-16 Uhr, Do 9-12 Uhr, 15-18 Uhr |

| Kontakt- u. Informationsstelle für Selbsthilfegruppen – KISS Dresden | |
|---|--|
| Telefon | 0351 / 2 06 19 85 |
| Internet | www.dresden.de/selbsthilfe |
| Sprechzeiten | Mo, Fr. 9-12 Uhr, Di, Do 9-18 Uhr |

| Kontakt- und Beratungsstelle für Selbsthilfe im Paritätischen Emsland (KoBS) | |
|---|--|
| Telefon | (0 59 31) 1 40 00 |
| Internet | www.selbsthilfe-emsland.de |
| Sprechzeiten | Di, Fr 9 – 12; Do 16 - 18 Uhr |

| Selbsthilfebüro Freiburg / Breisgau-Hochschwarzwald | |
|--|--|
| Telefon | (07 61) 2 16 87 - 35 |
| Internet | www.selbsthilfegruppen-freiburg.de |
| Sprechzeiten | Di, Mi, Do 10-12.30, Do 15-18 Uhr |

| BIGS Bürgerinformation Gesundheit u. Selbsthilfekontaktstelle im Kreis Gütersloh | |
|---|--|
| Telefon | (0 52 41) 82 35 86 |
| Internet | www.bigs-guetersloh.de |
| Sprechzeiten | Di, Do 10 - 13.30 Uhr + 14.30 – 18 Uhr; Mi, Fr 10 -13.30 Uhr |

| KIBIS des Paritätischen Hannover | |
|---|--|
| Telefon | (05 11) 66 65 67 |
| Internet | www.kibis-hannover.de |
| Sprechzeiten | Mo, Di, Do: 9 - 12 + 13 - 16 Uhr; Mi: 16 - 19 Uhr |

| Selbsthilfebüro Heilbronn | |
|----------------------------------|---|
| Telefon | (0 71 31) 6 49 39 – 50 |
| Internet | www.selbsthilfebuero-hn.de |
| Sprechzeiten | Di und Do 12-16, Mi 14-19, telefonischer Kontakt: täglich von 10-16 Uhr (sonst über Anrufbeantworter) |

| Selbsthilfebüro im Hardtwaldzentrum, Karlsruhe | |
|---|--|
| Telefon | (07 21) 9 12 30 – 25 |
| Internet | www.paritaet-ka.de |
| Sprechzeiten | Mo 12-14, Di 14-18, Mi 10-12, Do 9-12 Uhr |

| Selbsthilfe-Kontaktstelle Krefeld | |
|--|--|
| Telefon | (0 21 51) 9 61 90-25 |
| Internet | www.selbsthilfe-krefeld.de |
| Sprechzeiten | Di und Do 9-12 Uhr, Mi 9-12 Uhr und 16-19 Uhr |

| Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Lippe | |
|--|--|
| Telefon | (0 52 31) 56 12 6-0 / 1 / 3 |
| Internet | www.selbsthilfe-lippe.de |
| Sprechzeiten | Mo, Di, Mi 9.30 - 12.30 Uhr; Do 15 - 18 Uhr |

| Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Minden-Lübbecke | |
|--|--|
| Telefon | (05 71) 8 28 02-17 / -24 |
| Internet | www.selbsthilfe-mi-lk.de |
| Sprechzeiten | Mo, Di, Do:9 - 12 Uhr; Do 14 – 17 Uhr |

| KISS Mittelfranken, Nürnberg – Regionalzentrum für Selbsthilfegruppen e.V. | |
|---|--|
| Telefon | (09 11) 234 94 49 |
| Internet | www.selbsthilfegruppen-mittelfranken.de |
| Sprechzeiten | Mo + Mi 10-13; 14-17; Do 10-12.30; telef. Abendsprechstunde: Mi 17-19 |

| Büro für Selbsthilfe und Ehrenamt Osnabrück | |
|--|--|
| Telefon | (05 41) 5 01 – 3533 |
| Internet | www.buero-selbsthilfe-ehrenamt.de |
| Sprechzeiten | Mo, Di, Do 9 – 12 Uhr; Do 14 – 17 Uhr und nach Vereinbarung |

| Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Paderborn | |
|--|--|
| Telefon | (0 52 51) 8 78 29-60 |
| Internet | www.selbsthilfe-paderborn.de |
| Sprechzeiten | Mo Di, Mi 9.30-12.30 Uhr, Do 15-18 Uhr |

| Netzwerk Bürgerengagement – Freiwilligenzentrum und Selbsthilfe-Kontaktstelle für den Kreis Recklinghausen | |
|---|--|
| Telefon | (0 23 61) 10 97-35 / -37 |
| Internet | www.netzwerk-buergerengagement.de |
| Sprechzeiten | Mo, Mi, Do, Fr 9-12 Uhr, Di 14-18 Uhr |

| Kontakt-, Informations- u. Beratungsstelle für Selbsthilfegruppen Schwerin | |
|---|---|
| Telefon | 03 85 / 392 43 33 |
| Internet | www.kiss-sn.de |
| Sprechzeiten | Mo 9-12 Uhr, 14-17 Uhr, Di 14-17 Uhr, Mi 9-12 Uhr, Do 14-18 Uhr |

| Netzwerk Selbsthilfe und Ehrenamt Kreis Steinfurt | |
|--|--|
| Telefon | (0 25 72) 9 60 16 84 |
| Internet | www.netzwerkselfhilfeundehrenamt.de |
| Sprechzeiten | Di, Mi 10 - 12 Uhr + 14 - 16 Uhr; Do 12 - 18 Uhr; Fr 10 - 12 Uhr |

| KISS – Kontakt- u. Informationsstelle für Selbsthilfegruppen Stralsund | |
|---|--|
| Telefon | 0 38 31 / 29 26 45 |
| Internet | www.stralsund.de/kiss |
| Sprechzeiten | Mo 9-12 Uhr, Di 9-14 Uhr Mi 13-17 Uhr, Do 9-12 Uhr |

| K.I.S.S. Kreis Unna (Standort Lünen) | |
|---|--|
| Telefon | (0 23 06) 100-572 |
| Internet | www.kreis-unna.de |
| Sprechzeiten | Mo bis Fr: 9 - 12 Uhr und nach Vereinbarung |

| Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Wesel | |
|--|--|
| Telefon | (0 28 41) 9 00 0-0 |
| Internet | www.selbsthilfe-wesel.de |
| Sprechzeiten | Mo 9 - 12 Uhr + 16 - 18 Uhr; Do 13 - 16 Uhr; Fr 10 - 13 Uhr |

| KISS im Paritätischen Sozialzentrum Wolfsburg | |
|--|--|
| Telefon | (0 53 61) 29 50 - 50 |
| Internet | www.kiss-wolfsburg.de |
| Sprechzeiten | Mo, Di 9 – 12; Do 15 - 18 Uhr |