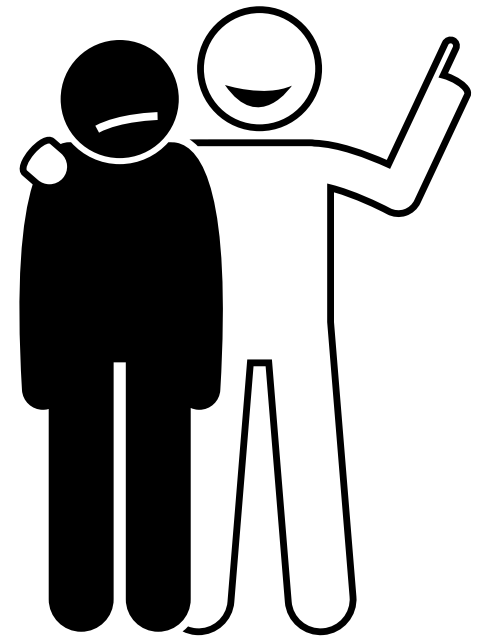
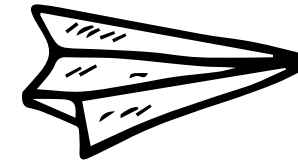
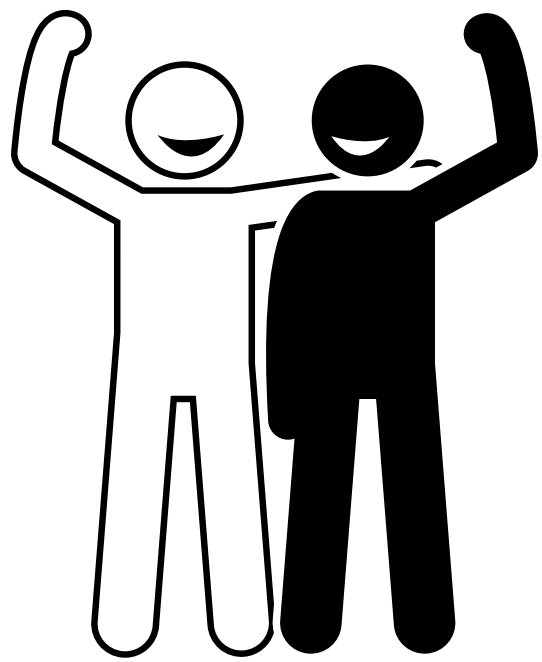


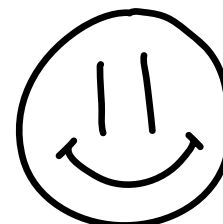
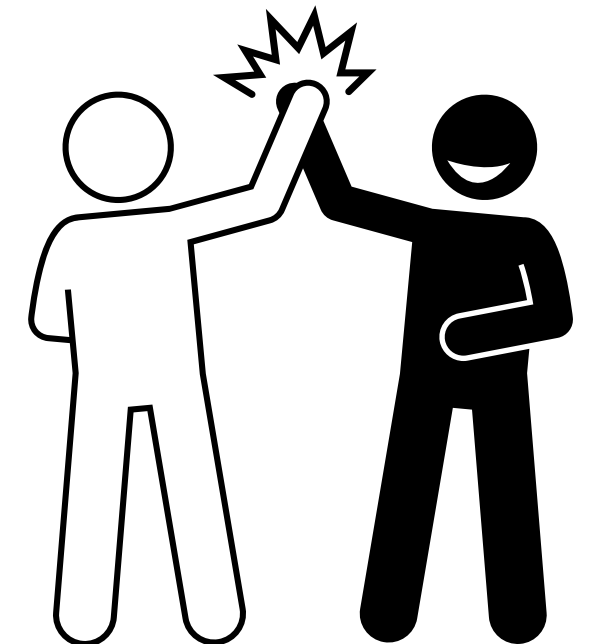


Qualifizierte Selbsthilfe

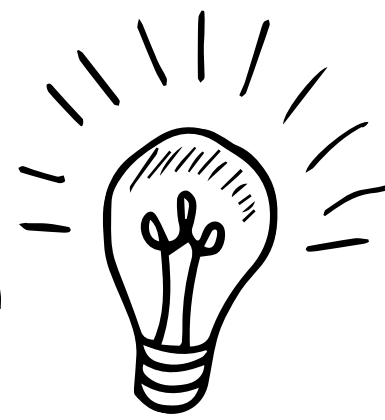
im Parkinsonnetzwerk Münsterland +



Claudia Motog
Sabrina Krouß
Kathrin Wersing



Unsere Idee



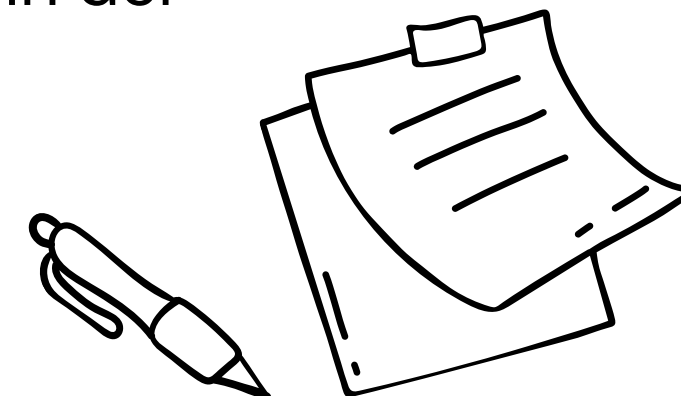
Selbsthilfeangebote im
Münsterland leicht
zugänglich machen für
Menschen mit Parkinson,
Angehörige und
Fachpersonen

Unsere Ziele



Kathrin

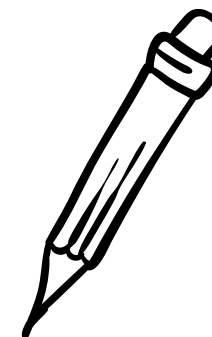
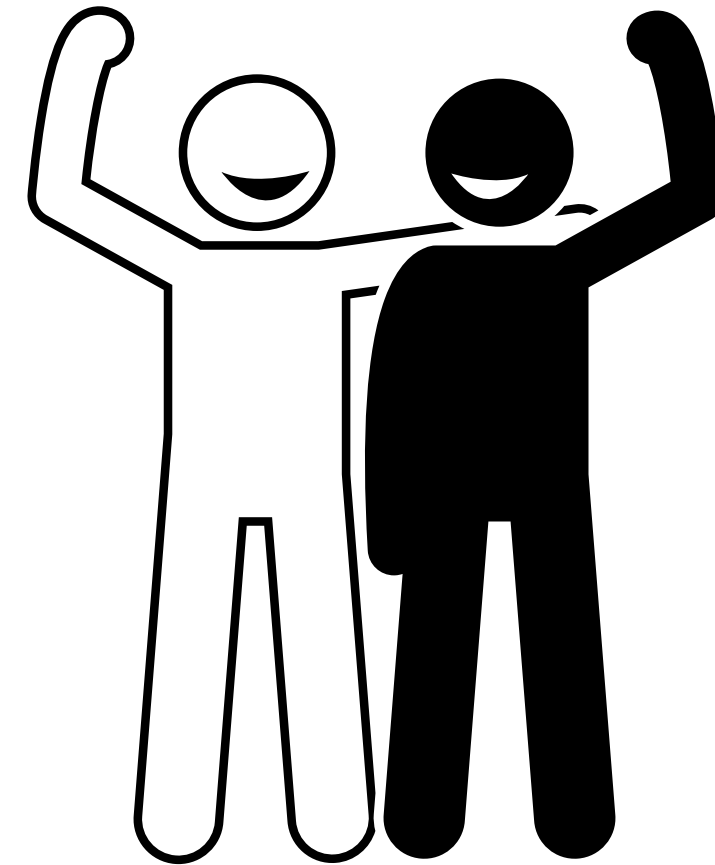
- 1 Zusammenstellung und Beschreibung
uns bekannter Angebote
- 2 Übersichtlichkeit und
Vergleichbarkeit
- 3 gleichberechtigte Verteilung der
Informationen
- 4 Zusammenarbeit in der
Selbsthilfe



Warum Selbsthilfe?



- Lernen am Beispiel anderer
- verstanden werden
- Krankheitswissen
- Bewältigungsstrategien
- Empowerment



Angebote

- 1x pro Monat Treffen mit Vorträgen, Gesprächsrunden, Festen, sportlichen Aktivitäten
- alle 4–6 Wochen: Stammtisch für Jungerkrankte, ggf. mit Partner
- 1x pro Quartal: Angehörigen-Frühstück
- 1x pro Jahr Angehörigenschulung: 5 Samstage, max. 15 TN, nächstes Angebot: Herbst 2023, Themen: Kennenlernen, Basiswissen, Selbstfürsorge, Inkontinenz, Medikamentenmanagement, Besuch im Sanitätshaus, Physiotherapie (Transfer)
- 1x pro Woche: Smovey-Kurs
- alle 2 Jahre R(h)einer Parkinsontag
- Beratungsgespräche durch Sabrina
- 1x pro Woche ParkinsonChor mit professioneller Chorleitung

Ort

Rheine

Kontakt

Leitung: Franz Spanke, Sabrina Krouß

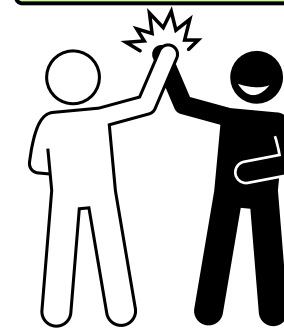
Kontakt: sabrina@parkinson-rheine.de / 0151/64950491,
franz@parkinson-rheine.de
Homepage: www.parkinson-rheine.de

Mitglieder

ca. 100

Zugang

unverbindliches Schnuppern möglich
Mitgliedsbeitrag: 55€ pro Jahr



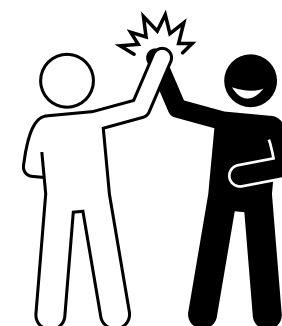
Parkinson Forum Kreis Steinfurt

PARKINSON-FORUM
Kreis Steinfurt e.V.

Claudia

Angebote

- 1x pro Monat Treffen in Borghorst (Vereinstreffen mit medizinischen Fachbeiträgen durch Fachärzt:innen)
- 1x pro Monat Parkinson Stammtisch (offenes Treffen der Mitglieder)
- 1x pro Jahr Busfahrt zum Parkinsontag
- 1x pro Jahr Sommerfest mit Busfahrt zu wechselnden Orten
- Fahrten-Angebote, z.B. zum Landtag, Urlaubsfahrt (5 Tage)
- alltagspraktische Beratung der Betroffenen zu Hause, keine medizinische Beratung und Unterstützung
- 1x pro Monat Angehörigen-Gesprächskreis



Ort

Kreis Steinfurt

Kontakt

Kontakt:
Vorsitzende
claudia.motog
@parkinson-steinfurt.de
Tel: 01573 70 59 577
1. stellv. Vorsitzende
Dorothea.stauvermann
@parkinson-steinfurt.de
Tel. 02551 80 104
Homepage:
www.parkinson-steinfurt.de
Mitglieder 520

Mitglieder

Zugang

telefonisch oder per Email
Anfrage
Beratung zu Hause
Mitgliedsbeitrag: 50€ im Jahr
Angehörige: 40€

Parkinson-Stammtisch in Münster

Kathrin

Angebote

- offener Treff für alle Menschen mit Parkinson und Angehörige jeden ersten Mittwoch im Monat zum Austausch in den Köpi-Stuben in Münster
- Anmeldung vorab über die Gruppenleitung erforderlich

Ort

Münster

Kontakt

Leitung: Dagmar Pitzler

Kontakt: dagmar.pitzler@gmx.de

Mitglieder

ca. 30

Zugang

kostenlos



Deutsche Parkinson Vereinigung Ibbenbüren



Sabrina

Angebote

- persönliches Beratungsgespräch
- Ausflüge und Tagesfahrten
- 1x pro Jahr Seminarfahrt
- 1x pro Monat Gruppentreffen in Riesenbeck
- 1x pro Monat Stammtisch für Jungerkrankte
- 1x pro Woche Bewegungsangebot (Smovey oder TT)

Ort

Ibbenbüren

Kontakt

Irmel Wenzel

Kontakt:

Tel: 05451/15978

kontakt@parkinson-selbsthilfe-ibb.de

Homepage:

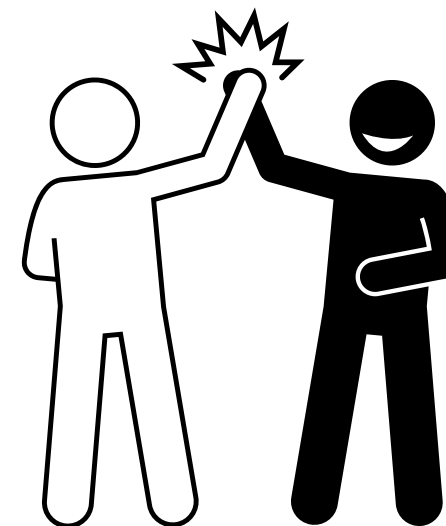
www.parkinson-ibb.de

Mitglieder

ca. 150

Zugang

Mitgliedsbeitrag: 55 € im Jahr



PingPongParkinson

Münster, Osnabrück, Sendenhorst, Dülmen,
Ibbenbüren, Nordhorn, Spelle



Kathrin

Angebote

- 1-2x pro Woche Tischtennistraining vor Ort
- Stützpunkt ist angebunden an jeweils örtlichen Sportverein
- Austausch und Gesprächsrunden
- regelmäßige Webinare zu Krankheitsthemen sowie Begleitung und Unterstützung durch die Geschäftsstelle in Nordhorn
- regelmäßige Turniere und Begegnung mit anderen Stützpunkten
- bei Interesse Teilnahme an internationalen Turnieren, wie German Open und Weltmeisterschaften möglich
- Öffentlichkeitsarbeit durch Standbetreuung z.B. bei Selbsthilfetagen

Ort

Münster, Osnabrück,
Sendenhorst, Dülmen,
Ibbenbüren, Nordhorn, Spelle

Kontakt

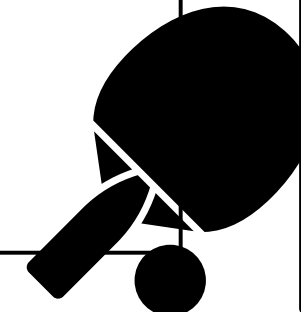
Münster: Kathrin Wersing
muenster@pingpongparkinson.de
Osnabrück: Carsten Krieger
carsten.krieger@osnanet.de
Sendenhorst: Karolin Farys
karo.stein@gmx.de
Dülmen: Hans-Georg Stremlau
hans-georg2@pingpongparkinson.de
Ibbenbüren: Wolfgang Schmidt-Hoffmeier
schmidt-hoffmeier.wolfgang@web.de
Nordhorn: Thorsten Boomhuis
thorsten@pingpongparkinson.de
Spelle: Anita Spahn
anita.spahn@pingpongparkinson.de

Mitglieder

ca. 250 im Münsterland

Zugang

Mitgliedsbeitrag:
PingPongParkinson: 12€ pro Jahr
plus Kosten für Mitgliedschaft im
örtlichen Sportverein



Podcast „Jetzt erst recht – Positiv leben mit Parkinson“



Kathrin

Angebote

- Wie kann es trotz der lebensverändernden Diagnose Parkinson gelingen, das Leben positiv, lebenswert und bunt zu gestalten?
- Kathrin Wersing, selbst im Alter von 40 Jahren an Parkinson erkrankt, spricht in ihrem Podcast mit Menschen, die auf vielfältige Weise positiv mit der Erkrankung leben.
- Ein Podcast, der Mut machen soll, von Betroffenen für Betroffene, Angehörige und alle, die einen positiven Zugang zum Thema Parkinson suchen.
- neue Folgen erscheinen im unregelmäßigen Rhythmus



Ort

Produktion in Münster, weltweit abrufbar

Kontakt

Podcasterin: Kathrin Wersing

Kontakt:

kontakt@jetzt-erst-recht.info

Homepage:

www.jetzt-erst-recht.info

Mitglieder

keine

Zugang

kostenlos auf allen Podcast Streaming Plattformen abrufbar oder über die Homepage

Angehörigen-Gruppe

Angebote

Online Treffen

- regelmäßige Treffen für Angehörige via Zoom Videokonferenzen
- Termin: 4x pro Jahr, Dienstag, 20 Uhr
- offen für alle Angehörigen von Menschen mit Parkinson deutschlandweit

Präsenz Treffen

- für Angehörige an wechselnden Orten in und um Münster
- Termine ca. 4x pro Jahr

Ort

Nordkirchen, Münster und deutschlandweit

Kontakt

Kontakt:

Online Treffen:

Sandra Garnhartner

garnhartner@outlook.de

Präsenz Treffen:

Jörg Rotthowe

joerg@rotthowe.info

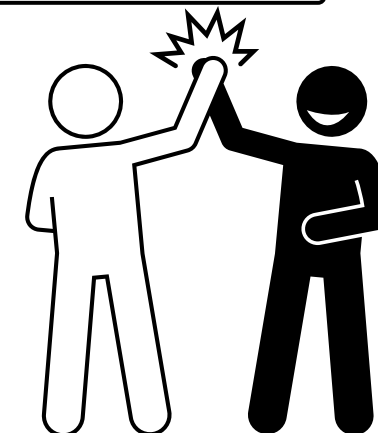
Mitglieder

ca. 12

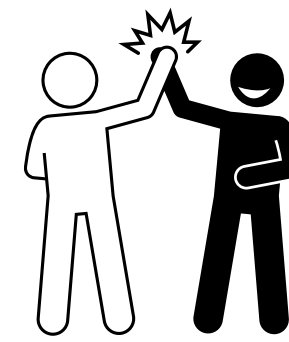
Zugang

kostenlos

für alle Angehörigen



Der Club junggebliebener Parkis im Westmünsterland



Sabrina

Angebote

Ort

Coesfeld

Kontakt

Leitung:
Reinhard Resing und Bernd
Thesing
Mail: info@parki-wm.de
Homepage: www.parki-wm.de

Mitglieder

Zugang



Unsere Wünsche



Unterstützung der Selbsthilfeinitiativen im Münsterland:
"Tue Gutes und sprich darüber!"



Weitergabe an Betroffene, Angehörige, Fachleute mit dem Ziel, jeder soll umfassend informiert sein und das jeweils passende Angebot kennen und nutzen können.



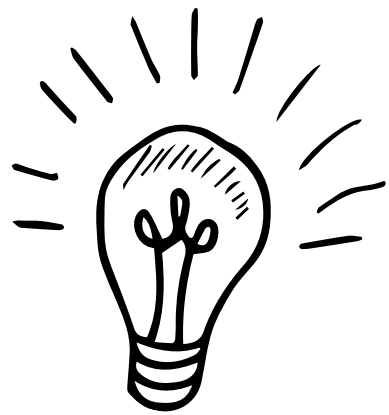
Unterstützung bei der Aktualisierung, Ergänzung und Erweiterung der Liste

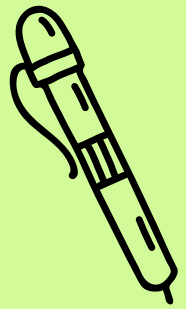
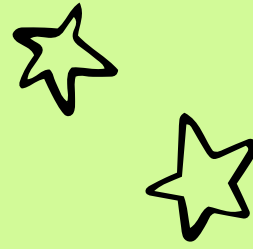
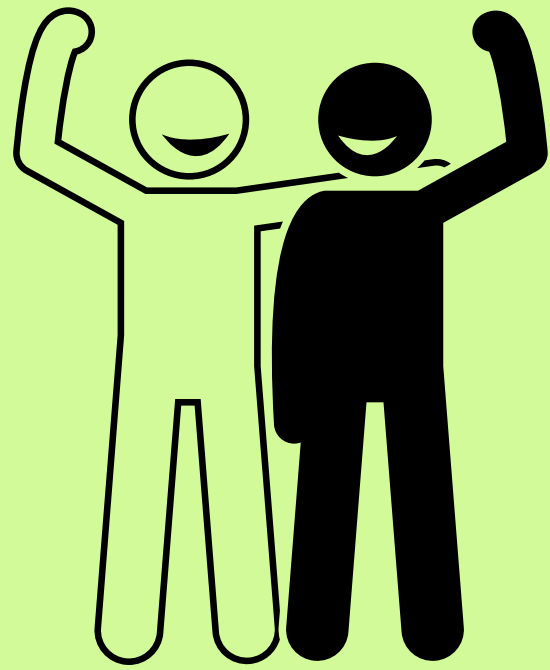
Kontakt:

kathrin@pingpongparkinson.de

claudia.motog@physio-motog.de

sabrina@sprachwelt-rheine.de





Vielen Dank für Ihre
Unterstützung

