

## 4. K.I.S.S. - Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe

---

### **Aachener Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe der VHS Aachen (A.K.I.S.)**

Ottostr. 88-90

**52062 Aachen**

#### Ansprechpartner:

Herr Burger

☎ 0241/4 90 09  
☎ 02421/8 87 44 41

@ Elmar.Burger@akis-aachen.de  
📧

#### Sprechstunden:

- Di: 11.00 - 14.00 Uhr  
- Mi: 15.30 - 18.30 Uhr  
- Do: 09.30-12.30 Uhr

### **Selbsthilfe-Kontaktstelle, Kreis Warendorf**

Zeppelinstraße 63

**59229 Ahlen**

#### Ansprechpartner:

Frau Ute Silwedel

☎ 02382/70 99 20  
☎ 02382/70 99 29  
@ kiss-kreis-warendorf@paritaet-  
nrw.org  
t-online.de  
📧

#### Sprechstunden:

- Mo-Do: 09.00 - ? Uhr  
- Di: 14.00 - 15.30 Uhr  
- Do: 15.00 - 17.00 Uhr

### **Arnsberger Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen (AKIS)**

Lange Wende 16a

**59755 Arnsberg**

#### Ansprechpartner:

Herr Michael Burger (illegale Drogen)

☎ 02932/9 31 99 02  
☎ 02932/52 92 56

@ akis-senioren@arnsberg.de  
📧

#### Sprechstunden:

- Mo-Fr: 08.00 - 12.00 Uhr  
- Di, Do: 14.00 - 16.00 Uhr

**Selbsthilfekontakt- und Informationsstelle  
für die Stadt Leverkusen und den  
Rheinisch-Bergischen Kreis  
- Evangelisches Krankenhaus**

Ferrenbergstr. 24

**51456 Bergisch Gladbach**

Ansprechpartner:

Frau Beatrix Rey

☎ 02202/24 70 85  
☒ 02202/24 70 86

@  
📧

Sprechstunden:

- Mo, Mi, Do: 09.00 - 12.00 Uhr  
- Mo: 17.00 - 18.00 Uhr  
- Mi: 16.00 - 17.30 Uhr

**Selbsthilfekontakt- und Informationsstelle  
für die Stadt Leverkusen und den  
Rheinisch-Bergischen Kreis**

Paffrather Straße 70

**51465 Bergisch-Gladbach**

Ansprechpartner:

Herr Walter Thiele

☎ 02202/9 36 89 21  
☒ 02202/9 36 89 23

@ sh-buero-gl@paritaet-nrw.de  
📧

Sprechstunden:

- Mo, Mi, Do: 09.00 - 12.00 Uhr  
- Mo: 17.00 - 18.00 Uhr  
- Mi: 16.00 - 17.30 Uhr

**BIKIS, Bielefelder Kontakt- und  
Informationsstelle für Selbsthilfegruppen**

Stapenhorststraße 5

**33615 Bielefeld**

Ansprechpartner:

Frau Christa Steinhoff-Kemper

☎ 0521/9 64 06 96  
☒ 0521/9 64 06 97

@ bikis-bielefeld@paritaet-nrw.org  
📧 www.bikis.de

Sprechstunden:

- Mo, Mi, Do: 10.00. - 13.00 Uhr  
- Di: 15.00 - 18.00 Uhr  
und nach Vereinbarung

## **Selbsthilfe- Büro Bochum**

Alsenstr. 19a

**44789 Bochum**

### Ansprechpartner:

Frau Christine Stöckigt

☎ 0234/5 88 07 07  
☰ 0234/31 10 69  
@ selbsthilfe-bochum@paritaet-nrw.org  
🌐 www.selbsthilfe-bochum.de

### Sprechstunden:

- Mo, Di, Mi: 15.00 - 17.00 Uhr  
- Do: 10.00 - 12.00 Uhr  
und 15.00 - 19.00 Uhr

## **Selbsthilfe Kontakt- und Informationsstelle Bonn (SEKIS)**

Lotharstr. 95

**53115 Bonn**

### Ansprechpartner:

Frau Heidi Grossmann  
Frau Gabriele Kuchem-Göhler

☎ 0228/9 14 59 17  
☰ 0228/2 80 49 75  
@ sekis-bonn@paritaet-nrw.org  
🌐 www.sekis-bonn.de

### Sprechstunden:

- Mo, Mi, Do: 09.00 - 12.00 Uhr  
- Do: 14.00 - 18.00 Uhr

## **Brüggener Initiative Selbsthilfe e. V. Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe im Kreis Viersen (BIS)**

Klosterstr. 5

**41379 Brüggen**

### Ansprechpartner:

Frau Marlene Schumacher  
Frau Hanne Jansen

☎ 02163/56 22  
☰ 02163/95 26 79  
@ info@bis-brueggen.de  
🌐 www.bis-brueggen.de

### Sprechstunden:

- Mo, Di, Do, Fr: 09.00 - 13.00 Uhr  
- Mi: 16.00 - 20.00 Uhr

## **LiKISS - Lippische Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe**

Elisabethstr. 47

**32756 Detmold**

### Ansprechpartner:

Frau Meike Fabian  
Frau Conni Mundhenk

☎ 05231/56 12 60  
☰ 05231/5 61 26 09  
@ info@selbsthilfe-lippe.de  
🌐 www.selbsthilfe-lippe.de

### Sprechstunden:

- Mo, Di, Mi: 09.30 - 12.30 Uhr  
- Do: 15.00 - 18.00 Uhr

**Kontakt- und Informationsstelle  
für Selbsthilfe (K.I.S.S.)**

Friedensplatz 8

**44135 Dortmund**

Ansprechpartner:

Frau Verena Meier

☎ 0231/52 90 97

☰ 0231/5 20 90

@ kiss\_dortmund@t-online.de



Sprechstunden:

- Mo, Mi, Fr: 09.00 - 13.00 Uhr

- Mo, Mi, Do: 14.00 - 16.30 Uhr

**Selbsthilfe-Kontaktstelle Duisburg**

Musfeldtstr. 161-163

**47053 Duisburg**

Ansprechpartner:

Herr Ernst Walter Müller

☎ 0203/6 09 90 41

☰ 0203/6 09 90 30

@ selbsthilfe-duisburg@paritaet-nrw.org



Sprechstunden:

- Di, Mi, Do: 09.30 - 12.30 Uhr

- Di: 14.00 - 18.00 Uhr

- Do: 14.00 - 16.00 Uhr

**Selbsthilfezentrum im Kreis Düren**

Paradiesbenden 24

**52349 Düren**

Ansprechpartner:

Frau Fuß-Wöbert

Frau Viehöfer-Braun

☎ 02421/48 92 11

☰ 02421/48 92 12

@ shzdueren@paritaet-nrw.org



Sprechstunden:

- Mo-Fr: 09.00 - 12.00 Uhr

- Mo u. Do: 14.00 - 18.00 Uhr

**KISS Düsseldorf  
Selbsthilfe-Service-Büro**

Kölner Str. 180

**40227 Düsseldorf**

Ansprechpartner:

Frau Marita Schormann

☎ 0211/8 99 22 44

☰ 0211/8 92 90 79

@



Sprechstunden:

ganztägige Bürozeiten an Werktagen

**Wiese e.V., Beratungsstelle für  
Selbsthilfegruppen und Interessierte**

Pferdemarkt 5

**45127 Essen**

Ansprechpartner:

Frau Gabriele Becker

☎ 0201/20 76 76

☰ 0201/20 74 08

@ Wiese.selbsthilfe@t-online.de

🌐 www.WieseNetz.de

Sprechstunden:

- Mo, Di: 10.00 - 13.00 Uhr

- Mi: 14.00 - 19.00 Uhr

- Fr: 14.00 - 17.00 Uhr

**KISS im Gesundheitshaus Bismarck**

Franziskussr. 18-24

**45889 Gelsenkirchen**

Ansprechpartner:

Frau Kornelia Hirsch

☎ 0209/9 88 29 89

☰ 0209/9 88 29 89

@ Kiss@Gesundheitshaus-  
Bismarck.de

🌐

Sprechstunden:

- Mo, Di, Mi: 09.00 - 12.00 Uhr

- Do: 14.00 - 17.00 Uhr

**Kontakt- und Informationsstelle  
für Selbsthilfe Ennepe-Ruhr-Kreis/Süd  
Gesundheitshaus Gevelsberg**

Hagener Straße 26a

**58285 Gevelsberg**

Ansprechpartner:

Frau Aoserkorte

Frau Flick

☎ 02332/66 40 29

☰ 02332/66 40 36

@ KISS-ensued@en-kreis.de

🌐

Sprechstunden:

- Mo-Fr: 09.00 - 12.00 Uhr  
und nach Vereinbarung

**BIGS Bürgerinformation Gesundheit und  
Selbsthilfe-Kontaktstelle im Kreis  
Gütersloh**

Blessenstätte 1

**33330 Gütersloh**

*Ansprechpartner:*

Frau Petra Lummer  
Frau Jenny v. Borstel

☎ 05241/82 35 86  
☒ 05241/82 35 87

@ bigs@gtelnet.net  
📧

*Sprechstunden:*

- Di, Do, Fr: 11.00 - 13.30 Uhr  
und 14.30 - 18.00 Uhr

**Selbsthilfe Kontaktstelle im Paritätischen**

Neue Bahnhofstraße 5

**59065 Hamm**

*Ansprechpartner:*

Frau Monika Dirks

☎ 02381/1 20 28  
☒ 02381/2 22 07

@ kiss-hamm@t-online.de  
📧

*Sprechstunden:*

- Mo-Mi: 09.00 - 11.00  
und 14.00 - 16.00 Uhr  
- Do: 09.00 - 11.00  
und 17.00 - 19.00 Uhr

**Kontakt- und Informationsstelle  
für Selbsthilfe  
Diakonisches Werk**

Am Kirchplatz 19

**45525 Hattingen**

*Ansprechpartner:*

Frau Köllner

☎ 02324/95 49 79  
☒ 02324/95 49 71

@ Koellenr@kirche-hawi.de  
📧

*Sprechstunden:*

- Di: 09.00 - 13.00 Uhr  
- Do: 14.00 - 18.00 Uhr

**Selbsthilfe- und Freiwilligenzentrum  
im Kreis Heinsberg**

Hochstr. 24

**52525 Heinsberg**

Ansprechpartner:

Frau Begall

☎ 02452/1 56 79 22

☰ 02452/1 56 79 18

@ selbsthilfe-heinsberg@paritaet-nrw.org

🌐

Sprechstunden:

- Mo-Fr: 09.00 - 12.00 Uhr

- Di, Mi, Do: 15.00 - 18.00 Uhr

**Bürger-Selbsthilfe-Zentrum Herne**

Rathausstraße 6

**44649 Herne**

Ansprechpartner:

Frau Lau

☎ 02323/16 36 36

☰ 02323/16 36 26

@ info@buez-herne.de

🌐

Sprechstunden:

- Mo-Do: 09.00 - 17.00 Uhr

**Kontakt- und Informationsstelle  
für Selbsthilfe im Paritätischen,  
K.I.S.S. Köln**

Marsilstein 4-6

**50672 Köln**

Ansprechpartner:

Frau Yvonne Oertel

☎ 0221/95 15 42 16

☰ 0221/95 15 42 42

@ kiss@koeln.paritaet.nrw.org

🌐 www.kisskoeln.de

Sprechstunden:

- Mo-Do: 09.00 - 12.30

und 13.00 - 16.00 Uhr

- Fr: 09.00 - 12.30 Uhr

**Selbsthilfe-Kontaktstelle Krefeld  
im Begegnungszentrum Wiedenhof**

Mühlenstr. 42

**47798 Krefeld**

Ansprechpartner:

Frau Anne Behnen

☎ 02151/9 61 90 25

☰ 02151/9 61 90 22

@ info@selbsthilfe-krefeld.de

🌐 www.selbsthilfe-krefeld.de

Sprechstunden:

- Di, Mi, Do: 09.00 - 12.00 Uhr

- Mi: 16.00 - 19.00 Uhr

**Selbsthilfekontakt- und Informationsstelle  
für die Stadt Leverkusen und den  
Rheinisch-Bergischen Kreis**

Goetheplatz 4

**51379 Leverkusen**

Ansprechpartner:

Frau Münch

☎ 02171/94 94 95  
☒ 02171/94 94 96

@ sh-buero-lev@paritaet-nrw.org  
🌐

Sprechstunden:

- Mo, Mi, Do: 09.00 - 12.00 Uhr  
- Mo: 17.00 - 18.00 Uhr  
- Mi: 16.00 - 17.30 Uhr

**Beratungsstelle für und  
über Selbsthilfegruppen**

Freiherr-vom-Stein-Straße 20

**58511 Lüdenscheid**

Ansprechpartner:

Frau Gerdewischke-Bruns

☎ 02351/39 05 26  
☒

@ SelbsthilfeSHZ@aol.com  
🌐 www.selbsthilfezentrum-  
luedenscheid.de

Sprechstunden:

- Mo, Mi: 10.00 - 15.00 Uhr  
- Do: 10.00 - 18.00 Uhr

**Kontakt- und Informationsstelle  
für Selbsthilfegruppen (K.I.S.S.)  
des Kreises Unna**

Roggenmarkt 18-20

**44532 Lünen**

Ansprechpartner:

Frau Lisa Nießalla

☎ 02306/10 05 72  
☒ 02306/10 05 71

@ lisa.niessalla@kreis-unna.de  
🌐

Sprechstunden:

- Mo-Do: 08.30 - 15.30 Uhr  
- Fr: 08.30 - 12.30 Uhr



## **Selbsthilfekontaktstelle Kreis Mettmann**

Düsseldorfer Str. 47

**40822 Mettmann**

### Ansprechpartner:

Frau Düren  
Herr Jakobs

☎ 02104/99 23 20 (99 23 21)  
☒ 02104/99 52 53  
@ selbsthilfekontaktstelle@Kreis-Mettmann.de  
🌐

### Sprechstunden:

- Mo, Mi: 09.00 - 12.00 Uhr  
- Do: 14.00 - 17.00 Uhr  
und nach Vereinbarung

## **Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe Minden-Lübbecke Paritätische Sozialdienste**

Simeonstraße 19

**32423 Minden**

### Ansprechpartner:

Frau Katja de Vink  
Herr Marco Mehwald  
Frau Renate Winkler-Werner

☎ 0571/8 28 02-17 o. -24  
☒ 0571/8 28 02 69

@ KISS-Minden@t-online.de  
🌐 www.kiss-minden-luebbecke.de  
www.selbsthilfenetz.de

### Sprechstunden:

- Di-Do: 09.00 - 12.00 Uhr  
- Mi: 14.00 - 17.00 Uhr

## **Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Wesel**

Homberger Straße 75

**47441 Moers**

### Ansprechpartner:

Frau Ludgera Geldermann  
Frau Elisabeth Hanke-Beerens

☎ 02841/50 89 90  
☒ 02841/22 150  
@ selbsthilfe-wesel@paritaet-nrw.org  
🌐

### Sprechstunden:

- Mo: 09.00-12. 00 Uhr, 16.00-18.00 Uhr  
- Fr: 10.00 - 16.00 Uhr  
- So: 13.00 - 16.00 Uhr  
- in Wesel und Dinslaken  
Sprechstunden nach Vereinbarung

**Informationsstelle für Selbsthilfe  
im Paritätischen Wohlfahrtsverband**

Friedhofstr. 39

**41236 Mönchengladbach**

Ansprechpartner:

Frau Kira Giertz  
Herr Georg Meurer

☎ 02166/92 39 30  
☒ 02166/92 39 19

@ kissmg@paritaet-nrw.org  
🌐

Sprechstunden:

- Mo: 10.00 - 14.00 Uhr  
- Mi: 10.00 - 12.00  
und 16.00 - 19.00 Uhr  
- Fr: 10.00 - 13.00 Uhr

**Selbsthilfe-Kontaktstelle Münster**

Hafenweg 6-8

**48155 Münster**

Ansprechpartner:

Frau Jutta Mac Donald  
Frau Renate Ostendorf  
Herr Marco Tammen

☎ 0251/51 12 63  
☒ 0251/618 51 12  
@ selbsthilfe-muenster@paritaet-nrw.org  
🌐 www.selbsthilfe-muenster.de

Sprechstunden:

- Mo-Fr: 10.00 - 13.00 Uhr  
- Do: 15.00 - 18.00 Uhr

**Selbsthilfekontaktstelle Oberhausen  
Netzwerk Selbsthilfe**

Altmark 1

**46045 Oberhausen**

Ansprechpartner:

Herr Peter Joetten

☎ 0208/3 01 96 20  
☒ 0208/3 01 96 11  
@ selbsthilfe-ob.de  
🌐 www.selbsthilfe-ob.de

Sprechstunden:

- Di-Fr: 09.00 - 12.00 Uhr  
- Do: 16.30 - 18.00 Uhr

## **Selbsthilfe-Kontaktstelle Paderborn**

Bleichstr. 39a

**33102 Paderborn**

### Ansprechpartner:

Frau Renate Linn, Frau Ute Mertens

☎ 05251/8 78 29 60  
☎ 05251/8 78 29 58  
@ selbsthilfe-paderborn@paritaet-nrw.org  
🌐 www.selbsthilfe-paderborn.de

### Sprechstunden:

- Mo-Mi: 09.30 - 12.30 Uhr  
- Do: 15.00 - 18.00 Uhr

## **Netzwerk Ehrenamt und Selbsthilfe, Kontakt- und Koordinationsstelle für freiwilliges Engagement und Selbsthilfe**

Halterner Straße 6

**45657 Recklinghausen**

### Ansprechpartner:

☎ 02361/10 97-37 o. -35  
☎ 02361/10 97 43

@  
🌐

### Sprechstunden:

- Mo, Mi, Do, Fr: 09.00 - 12.00 Uhr  
- Di: 14.00 - 18.00 Uhr

## **Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen (K.I.S.S.) des Kreises Unna - Gesundheitsamt**

Kleppingstraße 4

**58239 Schwerte**

### Ansprechpartner:

Frau Anette Engelhardt

☎ 02304/2 40 70 22  
☎ 02304/2 40 70 23

@ anette.engelhardt@kreis-unna.de  
🌐

### Sprechstunden:

**Diakonisches Werk  
im Kirchenkreis Siegen e. V.  
Koordinationsstelle für  
Selbsthilfegruppen**

Friedrichstr. 27

**57072 Siegen**

*Ansprechpartner:*

Frau Gabi Gaumann

☎ 0271/5 00 31 02  
☒ 0271/5 00 31 09

@ selbsthilfe@diakonie-  
suedwestfalen.de



*Sprechstunden:*

- Di: 17.00 - 19.00 Uhr  
- Mi: 09.00 - 11.00 Uhr  
- Fr: 09.00 - 11.00 Uhr

**KISS Kontakt- und Informationsstelle  
für Selbsthilfegruppen  
des Kirchenkreises Siegen**

Burgstr. 23

**57072 Siegen**

*Ansprechpartner:*

☎ 0271/2 50 28 59  
☒ 0271/2 50 28 50



*Sprechstunden:*

**Kontakt- und Informationsstelle  
für Selbsthilfegruppen**

Hoher Weg 1-3

**59494 Soest/Westf.**

*Ansprechpartner:*

Frau Barbara Burges

☎ 02921/30 21 62  
☒ 02921/30 26 33

@ barbara.burges@kreis-soest.de  
kreis-soest.de



*Sprechstunden:*

- Mi: 08.30 - 10.00 Uhr  
und nach Vereinbarung

## **Netzwerk Selbsthilfe und Ehrenamt**

Münsterstraße 52

**48565 Steinfurt**

### Ansprechpartner:

Frau Christa Brockschmidt-Schröder

☎ 02552/63 80 30  
☒ 02552/63 80 31  
@ netzwerk-steinfurt@t-online.de  
t-online.de  
🌐 www.netzwerkselfhilfeundehrenamt.de

### Sprechstunden:

- Di, Mi: 10.00 - 12.00  
und 14.00 - 16.00 Uhr  
- Do: 13.00 - 17.00 Uhr  
- Fr: 10.00 - 12.00 Uhr

## **Selbsthilfe-Kontaktstelle**

Landgrafenstr. 1

**53842 Troisdorf**

### Ansprechpartner:

Frau Trapphoff

☎ 02241/94 99 99  
☒ 02241/40 92 20  
@ selbsthilfe-rhein-sieg@paritaet-nrw.org  
🌐 www.selbsthilfe-rhein-sieg.de

### Sprechstunden:

- Mo, Di, Fr: 09.00 - 13.00 Uhr  
- Mi: 10.00 - 16.00 Uhr

## **K.I.S.S. Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe des Kreises Unna - Gesundheitshaus**

Massener Straße 35

**59423 Unna**

### Ansprechpartner:

Frau Margret Voß

☎ 02303/27 28 29  
☒ 02303/27 13 99  
@ margret.voss@kreis-unna.de  
🌐

### Sprechstunden:

- Mo-Fr: 09.00 - 12.00 Uhr  
und nach Vereinbarung

**K.I.S.S. Kontakt- und Informationsstelle  
für Selbsthilfe (Der Paritätische-Witten)**

Dortmunder Straße 13

**58455 Witten**

Ansprechpartner:

Frau Kerstin Lohmann

☎ 02302/15 59  
☰ 0230 /8 13 75

@ kiss-witten@paritaet-nrw.org  
📧

Sprechstunden:

- Mo: 10.00 - 12.00 Uhr
- Di, Do: 10.00 - 14.00 Uhr
- Mi: 16.00 - 19.00 Uhr