

Schnupperabend Pflegeselbsthilfe

für pflegende Angehörige

14.10.2025 | 17.30 – 19.00 Uhr

Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Ennepe-Ruhr-Kreis
(in der Selbsthilfe-Kontaktstelle)
Dortmunder Str. 13 | 58455 Witten



Schnupperabend Pflegeselbsthilfe

für pflegende Angehörige

Pflegen oder betreuen Sie eine*n Angehörige*n und stellen dabei häufig Ihre eigenen Bedürfnisse zurück? Wünschen Sie sich Austausch, Verständnis und Unterstützung von Menschen, die in einer ähnlichen Situation sind wie Sie?

Erleben Sie, wie gemeinschaftliche Selbsthilfe Sie dabei unterstützen kann, die Herausforderungen der Pflege besser zu bewältigen und neue Kraft zu schöpfen. An diesem Abend können Sie unverbindlich reinschnuppern und ausprobieren, ob eine Selbsthilfegruppe für pflegende Angehörige für Sie hilfreich sein könnte.

Bitte melden Sie sich bis Freitag 10. Oktober an:
Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Ennepe-Ruhr-Kreis
Telefon: 02302 42 15 22
E-Mail: pflegeselbsthilfe-en@paritaet-nrw.org
www.pflegeselbsthilfe-en.de

Was erwartet Sie?

- erfahren Sie, wie Selbsthilfegruppen für pflegende Angehörige funktionieren und was sie ausmacht
- lernen Sie Menschen kennen, die ähnliche Erfahrungen im Pflegealltag machen
- erleben Sie, wie ein Treffen in einer Selbsthilfegruppe gestaltet wird
- Raum, um eigene Fragen zu stellen

Der Schnupperabend wird angeleitet und moderiert von den Mitarbeitenden des Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe.

Eine Veranstaltung des Kontaktbüros Pflegeselbsthilfe Ennepe-Ruhr-Kreis:



Gefördert von:

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



LANDESVERBÄNDE
DER PFLEGEKASSEN