

# „Der gepflegte Austausch“

## Frühstückstreff für pflegende, sorgende und betreuende Angehörige

Als pflegender Angehöriger sind Sie für einen nahestehenden Menschen da, Sie umsorgen und pflegen ihn, kümmern sich, organisieren und erleben viele Höhen und Tiefen in Ihrem Alltag.

Wir möchten Ihnen die Möglichkeit geben sich mit anderen pflegenden Angehörigen auszutauschen und sich auch einfach mal Zeit für sich selbst zu nehmen. Denn mal ehrlich, wann haben Sie das letzte Mal etwas für sich selbst getan?



# Frühstückstreff

Immer am letzten Mittwoch im Monat  
10:00-12:00 Uhr  
Friedrichstr. 30, 58507 Lüdenscheid

Aus organisatorischen Gründen bitten wir um vorherige Anmeldung.  
Anmeldeschluss ist jeweils der Freitag vor dem Treffen.