



## **Pause für pflegende Angehörige I.**

Yoga- und Entspannungsangebot für pflegende Angehörige

### **Angebot**

- Entspannung
- Pflegende Angehörige
- Dortmund

**Weitergehende Informationen zu diesem Gruppenangebot erhalten Sie über das folgende Kontaktbüro:**

### **Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Dortmund**

#### **Kontaktdaten**

Ostenhellweg 42-48  
44135 Dortmund

**Adresszusatz:** (Eingang Moritzgasse)

**Telefon:** 0231 18998954

**Fax:** 0231 5209-0

**Email:** [pflegeselbsthilfe-dortmund@paritaet-nrw.org](mailto:pflegeselbsthilfe-dortmund@paritaet-nrw.org)

**Homepage:** <http://www.pflegeselbsthilfe-dortmund.de>

**Ansprechpartner/in:** Sabine Wojczak und Vivien Metzak

**Terminvereinbarung notwendig:** Nein

### **Öffnungszeiten:**

Mittwoch: 11:00-13:00

Donnerstag: 14:00-16:30

Freitag: 9:00-12:00

Sprechzeiten donnerstags und freitags nur telefonisch

