

620 ????????????

---

## Care.Space

- Gesprächskreis
- Präsenz

Austausch- und Unterstützungsgruppe für junge pflegende Angehörige zwischen 18–35 Jahren, die Verantwortung tragen – und sich selbst nicht vergessen wollen.

Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Dortmund  
0231 18998954

- ?????????? ? Care.Space
- 

## Pflegeselbsthilfegruppe für Schlaganfall-Patienten

- Gesprächskreis
- Präsenz

Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Dortmund  
0231 18998954

- ?????????? ? Pflegeselbsthilfegruppe für Schlaganfall-Patienten

---

## Online-Pflegetreff für Studierende

- Gesprächskreis
- Online

Nur für Studierende der TU und FH Dortmund

Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Dortmund  
0231 18998954

- ????????? ? Online-Pflegetreff für Studierende

---

## Gesprächsgruppe für Angehörige von Menschen mit einer Psychose

- Gesprächskreis
- Präsenz

Der Gesprächskreis trifft sich jeden 3. Dienstag im Monat von 17:30 bis 19:00 Uhr. Er eröffnet Angehörigen einen geschützten Raum für Austausch, das Kennenlernen neuer Gedanken und Herangehensweisen, sowie die Möglichkeit, Abstand zu gewinnen und Kraft für den Alltag zu tanken

Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Krefeld  
02151 3345277

- ????????? ? Gesprächsgruppe für Angehörige von Menschen mit einer Psychose

---

## Oasen-Nachmittag | Zeit für mich

- Entspannung
- Präsenz

Bewegung und Entspannung für pflegende Angehörige.

Die Gruppe trifft sich jeden 2. und 4. Dienstag im Monat in der Zeit von 15.30 - 17.00 Uhr. In ruhiger und entspannter Atmosphäre sind Menschen eingeladen, neue Energie zu schöpfen, sich achtsam zu bewegen und miteinander ins Gespräch zu kommen.

Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Krefeld  
02151 3345277

- ????????? ? Oasen-Nachmittag | Zeit für mich
- 

## Musik-Café

- Café-Angebot
- Präsenz

Das Musik-Café bietet pflegebedürftigen Menschen und deren Angehörigen ein musikalisches Erlebnis in schöner Atmosphäre.

Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Rhein-Sieg-Kreis  
02241 4939301

- ????????? ? Musik-Café
- 

## Tanz-Café für pflegende Angehörige

- Aktivangebot
- Präsenz

Es darf getanzt werden.

Bei Live-Musik sind Pflegebedürftige und ihre Angehörigen zum Kaffee eingeladen. Wer nur schunkeln, singen und zuhören mag, ist ebenso gerne gesehen.

Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Rhein-Sieg-Kreis  
02241 4939301

- ????????? ? Tanz-Café für pflegende Angehörige

---

## Angehörige von psychisch Kranken

- Gesprächskreis
- Präsenz

Bei den „Angehörigen von psychisch Kranken“ handelt es sich um Menschen mit Psychosen, Bipolarer Störungen und schweren Depressionen. Es geht hier zum einen um das Begleiten bei klinischen Aufenthalten, aber vor allem um das Möglichmachen eines Zusammenlebens in der Familie.

Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Mönchengladbach  
02166 923930    0176 47770686

- ????????? ? Angehörige von psychisch Kranken

---

## Elterngruppe psychisch kranker Jugendlicher und junger Erwachsener

- Gesprächskreis
- Präsenz

Es leben die Betroffenen noch zu Hause und bei den vertretenen Diagnosen handelt es sich aktuell um Borderline - Persönlichkeitsstörungen, Autismus - Spektrum - Störung und schwere Depressionen. Im pflegerischen Unterstützungsbedarf geht es um die komplexe Beziehungsgestaltung im Familienalltag

Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Mönchengladbach  
02166 923930    0176 47770686

- ????????? ? Elterngruppe psychisch kranker Jugendlicher und junger Erwachsener

---

## Selbsthilfegruppe für betroffene Menschen an Demenz LVR

- Gesprächskreis
- Präsenz

Selbsthilfegruppe für Menschen, die von Demenz betroffen sind, bietet einen sicheren Raum zum Austausch, Erfahrungen, Ängsten und Mut zu machen  
LVR-Behandlungszentrum für seelische Gesundheit Am Kolben 2 a 40822 Mettmann  
jeden zweiten Donnerstag im Monat von 10:30-12:00 Uhr

Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Kreis Mettmann  
02104/ 792444

- ????????? ? Selbsthilfegruppe für betroffene Menschen an Demenz LVR
- 

## **Café für erkrankte Menschen mit Demenz Ratingen**

- Café-Angebot
- Präsenz

Café für betroffene Menschen mit Demenz mit Betreuung Austausch, Beschäftigung und Spaß miteinander  
AWO Angerland Treff Breitscheider Weg 25, 40885 Ratingen - Lintorf, Tel. 02102/3369  
am letzten Donnerstag eines Monats von 10:00-12:00- Uhr

Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Kreis Mettmann  
02104/ 792444

- ????????? ? Café für erkrankte Menschen mit Demenz Ratingen
- 

## **Angehörigentreff für von Menschen mit Demenz Ratingen - Lintorf**

- Gesprächskreis
- Präsenz

Angehörigentreff für Angehörige von Menschen mit Demenz  
Hilfestellung im Umgang mit Betroffenen zu geben, sie einfühlsam in das Leben einzubinden und Sicherheit im Alltag zu schaffen.

AWO Angerland Treff Breitscheider Weg 25, 40885 Ratingen - Lintorf, Tel. 02102/3369  
am letzten Donnerstag eines M

Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Kreis Mettmann  
02104/ 792444

- ????????? ? Angehörigentreff für von Menschen mit Demenz Ratingen - Lintorf
- 

## **Frühstück für Trauernde in Mettmann**

- Café-Angebot
- Präsenz

Frühstück für Trauernde in Mettmann  
Ambulanten Hospiz- und Palliativ-Beratungsdienst Mühlenstrasse 15/40822 Mettmann  
jeden 2. Samstag im Monat von 10.00 – 12.00 Uhr

Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Kreis Mettmann  
02104/ 792444

- ????????? ? Frühstück für Trauernde in Mettmann
- 

## **Selbsthilfegruppe für Kinder und Jugendtrauer Kreativangebot Mettmann**

- Kreativangebot
- Präsenz

Selbsthilfegruppe Kinder und Jugendtraue Gruppe mit ein  
Kreativangebot  
Ambulanten Kinder und Jugendhospizdienst Mühlenstrasse 17/40822 Mettmann  
jeden dritten Freitag im Monat von 16.30 – 18.00 Uhr

Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Kreis Mettmann  
02104/ 792444

- ????????? ? Selbsthilfegruppe für Kinder und Jugendtrauer Kreativangebot Mettmann

---

## **Trauercafé Zwischenzeit Erkrath**

- Café-Angebot
- Präsenz

Eingeladen sind alle die um einen nahestehenden Menschen trauern und sich in ihrer Trauer manchmal allein oder auch nicht verstanden fühlen.

Franziskus Hospiz Zentrum Hochdahl Trills 27/420699 Erkrath  
jeden ersten Montag im Monat von 15.00 – 16.30 Uhr

Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Kreis Mettmann  
02104/ 792444

- ?????????? ? Trauercafé Zwischenzeit Erkrath

---

## **Demenzcafé in Monheim**

- Gesprächskreis
- Präsenz

Café für betroffene Menschen mit Demenz mit Betreuung Austausch, Beschäftigung und Spaß miteinander

AWO-Begegnungsstätte „Louise-Schroeder-Haus“, Opladener Str. 86, 40789 Monheim  
jeden 1. Donnerstag im Monat von 9.30 bis 12.30 Uhr

Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Kreis Mettmann  
02104/ 792444

- ?????????? ? Demenzcafé in Monheim

---

## **Gepflegte Pause im FreiRaum Ankommen Austauschen Aufblühen**

- Kreativangebot

- Präsenz

Ein Angebot für alle, die in Pflege und Betreuung von Nahestehenden nach Inspiration suchen

Raum für kreatives Schaffen, ermutigende Gespräche und Ideen, die den Alltag bereichern

FreiRaum, Bonsfelder Straße 46

jeden letzten Freitag im Monat von 10 - 11:30Uhr

Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Kreis Mettmann

02104/ 792444

- ????????? ? Gepflegte Pause im FreiRaum Ankommen Austauschen Aufblühen
- 

## **Demenz Café /Frühstück Heiligenhaus**

- Café-Angebot
- Präsenz

Café für betroffene Menschen mit Demenz mit Betreuung Austausch, Beschäftigung und Spaß miteinander

Caritas-Ludergustreff, Ludgerusstr. 2a, 42579 Heiligenhaus

jeden ersten Freitag im Monat von 9:30-11:30 Uhr

Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Kreis Mettmann

02104/ 792444

- ????????? ? Demenz Café /Frühstück Heiligenhaus
- 

## **Selbsthilfegruppe für pflegende Angehörige Heiligenhaus**

- Gesprächskreis
- Präsenz

Selbsthilfegruppe für Angehörige von Menschen mit Demenz

Hilfestellung im Umgang mit Betroffenen zu geben, sie einfühlsam in das Leben einzubinden und Sicherheit im Alltag zu schaffen.

Caritas-Ludergustreff, Ludgerusstr. 2a, 42579 Heiligenhaus

jeden ersten Freitag im Monat von 9:30-11:30 Uhr

Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Kreis Mettmann

02104/ 792444

- ????????? ? Selbsthilfegruppe für pflegende Angehörige Heiligenhaus
- 

## **Gute Stube Café für betroffene Menschen an Demenz Haan**

- Café-Angebot
- Präsenz

Café für betroffene Menschen mit Demenz mit Betreuung Austausch, Beschäftigung und Spaß miteinander

Haus am Park Bismarckstr.12 a 42781 Haan

jeden ersten Mittwoch im Monat von 9:00-12:00 Uhr

Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Kreis Mettmann

02104/ 792444

- ????????? ? Gute Stube Café für betroffene Menschen an Demenz Haan
- 

## **Pflegeselbsthilfegruppe "Angehörige begleiten"**

- Aktivangebot
- Präsenz

Gemeinsame Unternehmungen für pflegende Angehörige und den zu Pflegenden.

Ort und Zeit variiert je nach Unternehmung

Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Dortmund

0231 18998954

- ????????? ? Pflegeselbsthilfegruppe "Angehörige begleiten"
- 

## **CAY SAATI - Tanzgruppe für Frauen**

- Aktivangebot
- Präsenz

Neben des Austauschs werden traditionelle, folkloristische und Bauchtanz getanzt.  
Dieses Angebot richtet sich ausschließlicly an Frauen.

Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Solingen / Wuppertal / Remscheid  
0212 2336554

- ????????? ? CAY SAATI - Tanzgruppe für Frauen
- 

## **Selbsthilfegruppe Jung an Demenz Erkrankte Steinheim**

- Gesprächskreis
- Präsenz

Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Kreis Höxter  
05271 9669875

- ????????? ? Selbsthilfegruppe Jung an Demenz Erkrankte Steinheim
- 

## **Demenzcafe Steinheim**

- Café-Angebot
- Präsenz

Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Kreis Höxter  
05271 9669875

- ????????? ? Demenzcafe Steinheim
- 

## **"Gesprächskreis "Demenz"**

- Gesprächskreis

- Präsenz

Dieser Gesprächskreis richtet sich an Senioren, welche einen Angehörigen mit einer dementiellen Erkrankung pflegen. Es soll ein Austausch mit Gleichgesinnten stattfinden um über die Herausforderungen des Alltags sprechen zu können, sich verstanden zu fühlen u. Kraft für die weitere Pflege zu tanken.

Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Hochsauerland-Kreis  
0171 2631522 02961-97190

- ????????? ? "Gesprächskreis "Demenz"

---

**Ein Service des Pflegewegweiser NRW – [www.pflegewegweiser-nrw.de](http://www.pflegewegweiser-nrw.de)**