

## **Gesund essen - besser leben: Kochgruppe für Pflegende Angehörige Männer**

Die Gruppe ermutigt Männer erste Schritte in der Küche zu gehen. Gemeinsam können Fragen besprochen, Rezepte ausgetauscht und das richtige Werkzeug kennengelernt werden. Die Gruppe ist darüber hinaus ein Ort für unbeschwertem Austausch und Entlastung.

### **Angebot**

- Aktivangebot
- Pflegende Angehörige
- Bottrop

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

### **Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Bottrop**

#### **Kontaktdaten**

Haus der Vielfalt  
Gerichtsstr. 3  
46240 Bottrop

**Telefon:** 02041 23 010

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

**Ansprechpartner/in:** Friederike Lelgemann

**Terminvereinbarung notwendig:** Nein

#### **Öffnungszeiten:**

Montag: 10:00-12:00

Das Kontaktbüro ist zu den Öffnungszeiten telefonisch erreichbar. Für ein persönliches Beratungsgespräch oder eine Beratung außerhalb der Öffnungszeiten können wir gerne

einen Termin vereinbaren.

---

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