

## Veranstaltungen der Kontaktstelle Pflegeselbsthilfe 2024

Sehr geehrte pflegende Angehörige, Pflegebedürftige, Selbsthilfeaktive und -interessierte, als Kontaktstelle Pflegeselbsthilfe liegen uns der Austausch unter Gleichgesinnten sowie die Vernetzung zwischen den Gruppen sehr am Herzen. Sie sind zu allen Veranstaltungen herzlich eingeladen, egal ob alte Häsin oder völliger Neuling. Wir freuen uns, Sie zu sehen!

### Freitag, 12. Juli 2024

10:00 bis 12:00 Uhr

**Gründungsworkshop** zum Aufbau einer Selbsthilfegruppe

### Montag, 19. August 2024

10:00 bis 11:30 Uhr

**Digitaler Selbsthilfetreff** für Selbsthilfeinteressierte und -aktive: Raum für offene Fragen, Reden über Hürden des Alltags und ein gemeinsamer Start in die neue Woche

### Donnerstag, 26. September 2024

16:00 bis 18:00 Uhr

**Gründungsworkshop** zum Aufbau einer Selbsthilfegruppe

### Freitag, 11. Oktober 2024

11:00 bis 13:00 Uhr

**Selbsthilfe-Brunch „Plaudertasche“** für Selbsthilfeaktive und -interessierte – Zusammenkommen, sich austauschen und vernetzen

### Donnerstag, 12. Dezember 2024

15:00 bis 17:00 Uhr

**Adventsteestunde** für Selbsthilfeaktive und -interessierte der Pflegeselbsthilfe in Leipzig – Zusammenkommen, das Jahr Revue passieren lassen und einen Moment zum Durchatmen und Zuhören

Natürlich ist stets Raum für Ihre Fragen, Sorgen und Anliegen. Wir freuen uns über Ihr Interesse! Die Teilnahme ist **kostenlos**. Wir bitten um **Anmeldung**:

**Sie suchen andere Pflegebedürftige oder pflegende Angehörige, um sich auszutauschen? Gern unterstützen wir Sie dabei! Kommen Sie auf uns zu.** Wir vereinbaren individuelle Beratungstermine.

#### Kontaktstelle Pflegeselbsthilfe

Philippa Hildebrandt

✉ hildebrandt@pflegenetzwerk-leipzig.de

☎ 0341 5832411 oder 0163 6130985