



## „Gespräche in der Küche“ – Gemeinsames Kochen, Essen und Austausch für pflegende Männer

Sie pflegen Ihre(n) Partner\*in, sorgen für einen nahestehenden Menschen und sind jetzt auch für Tätigkeiten rund um die Küche und die Zubereitung von Mahlzeiten zuständig!? Das ist vielleicht ganz neu für Sie und täglich eine besondere Herausforderung?

Zum gemeinsamen Kochen und Gesprächen in der Küche treffen sich Männer mit ganz ähnlichen Erfahrungen, Fragen und vielleicht schon Antworten.

Hier ist Platz für Austausch, Trost, miteinander lachen und natürlich gutes Essen.

Hier erfahren Sie Wertschätzung für das, was Sie tun und Verständnis für Ihre Empfindungen.

Wir, das Katholische Forum für Familien- und Erwachsenenbildung und das Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe für den Kreis Heinsberg, bieten Ihnen gegen einen Unkostenbeitrag für die Lebensmittel an zunächst fünf Terminen, Anleitung, Unterstützung und Raum für Austausch an. Interessiert? Dann melden Sie sich gerne über das Selbsthilfe- und Freiwilligenzentrum Heinsberg und das Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe an.

**WO:**

**KAI**

**Deutsches Rotes  
Kreuz**

**Rheinstraße 103**

**41836**

**Hückelhoven**

**Wann:**

**Dienstag, den**

**3. September**

**10. September**

**17. September**

**1. Oktober**

**8. Oktober**

**jeweils von**

**17.00 – 20.00 Uhr**



**Selbsthilfe- u. Freiwilligen-Zentrum im Kreis Heinsberg**  
Hochstraße 24 | 52525 Heinsberg | Telefon 0 24 52 - 156 790  
[www.sfz-heinsberg.de](http://www.sfz-heinsberg.de) | [pflegeselbsthilfe@sfz-heinsberg.de](mailto:pflegeselbsthilfe@sfz-heinsberg.de)



Gefördert von:  
Ministerium für Arbeit,  
Gesundheit und Soziales  
des Landes Nordrhein-Westfalen



LANDESVERBÄNDE  
DER PFLEGEKASSEN

