

Café PFLEGE TREFF

für pflegende
An- und Zugehörige

Zeit für
dich!
Ohne
Anmeldung.



BeKoS

Beratung · Koordination · Selbsthilfe

*Manchmal tut es gut,
einfach kurz
innezuhalten.*


Unser **offener Pfl egetreff** lädt Sie einmal im Monat zu Kaffee, Tee und Keksen in entspannter Atmosphäre ein. Hier treffen Sie Menschen, die Ihre Situation verstehen. In einem **geschützten Raum** können Sie sich austauschen, zuhören oder einfach da sein. Auch konkrete **Tipps zu Entlastungsangeboten** können Thema sein.

Der Treff wird von Mitarbeiterinnen der BeKoS begleitet. Sie sorgen für einen verlässlichen Rahmen im Sinne der **Selbsthilfe**.

Ein wertschätzendes Miteinander auf Augenhöhe steht im Mittelpunkt.

**Ihre kleine Auszeit vom Pflegealltag –
zum Durchatmen und Kraft schöpfen.**

Wann? Jeden 2. Montag im Monat von
14:00 – 15:30 Uhr (außer feiertags)

Wo? BeKoS Oldenburg, Erdgeschoss, 
Lindenstraße 12a, 26123 Oldenburg

*Kommen Sie
einfach vorbei!*



**Beratung- und Koordinationsstelle
für Selbsthilfegruppen e.V.**

Lindenstraße 12a · 26123 Oldenburg
Telefon 0441 88 48 48
info@bekos-oldenburg.de
www.bekos-oldenburg.de

Sprechzeiten:

Mo., Mi.:
15:00 – 18:00 Uhr
persönlich & telefonisch

Di., Do., Fr.:
9:00 – 12:00 Uhr
telefonisch

*Weitere persönliche
Termine gern nach
Vereinbarung.*