

Selbsthilfegruppe	Ort der Treffen	Zeit/Turnus der Treffen	Ansprechperson
Angehörigengruppe Marienheide, Frühstück für Trauernde	51709 Marienheide, Hauptstr. 48 (Ök. Hospiz-Gruppe Marienheide)	2. Samstag im Monat von 9.30 - 11.30 Uhr	Carina Klopffleisch 02264 28 62 23
Gesprächskreis Demenz	51588 Nümbrecht, Mateh-Yehuda-Str. 7	2. Dienstag im Monat von 17.30 - 19.00 Uhr	Alzheimer Gesellschaft im Berg. Land e. V. 02262 75 27 910
Gesprächskreis für pflegende und sorgende Angehörige	42499 Hückeswagen, Friedrichstraße 18 (Räume der Stadtbibliothek)	3. Mittwoch im Monat von 17.00 - 18.30 Uhr	Senioren- und Pflegeberaterin Diana Hintemann, 02192 88 250
Gruppe für pflegende Angehörige	51766 Engelskirchen-Ründeroth, Hauptstr. 18 (Tagespflege)	4. Mittwoch im Monat von 18.00 - 19.30 Uhr	Birgit Rose 0176 32 79 40 26
LIA Treffpunkt für pflegende Angehörige	51580 Reichshof-Wildbergerhütte, Crottorfer Str. 16a (LiA-Zentrum)	letzter Donnerstag im Monat von 11.00 - 13.30 Uhr	Kontaktbüro Dorit Knabe 0172 56 43 468
Abendtreff für Trauernde Radevormwald	42477 Radevormwald, Kaiserstr. 34	letzter Mittwoch im Monat von 19.00 - 20.30 Uhr	Marina Weidner 02195 68 49 36 info@hospiz-rade.de
Café für Trauernde Radevormwald	42477 Radevormwald, Kaiserstr. 34	erster Donnerstag im Monat von 15.00 - 16.30 Uhr	Marina Weidner 02195 68 49 36 info@hospiz-rade.de
Angehörigen-Café Lindlar	51766 Lindlar, Korbstr. 7 (A.-Meinerzhagen-Stiftung)	3. Mittwoch im Monat von 10.00 - 11.30 Uhr	Laura Philipp, 02266 44 000 26 seniorenberatung-lindlar@t-online.de
Gesprächskreis für pflegende und sorgende Angehörige Hülsenbusch	51647 Gummersbach, Schwarzenberger Str. 38 (Räume der Tagespflege)	2. Montag im Monat von 18.30 - 20.00 Uhr	Lee Feis 0170 68 20 007
Café Lebensfreude Gruppe für ehem. pfl. Angehörige	51580 Reichshof, Barbarossastr. 5 (Gemeindehaus Eckenhagen)	2. Montag im Monat von 14.00 - 17.00 Uhr	Kontaktbüro Dorit Knabe 0172 56 43 468
"Linder Treff" Austausch für Pflegebedürftige und pflegende u. sorgende Angehörige	51789 Lindlar, Linder Str. 22	erster und dritter Dienstag im Monat von 9.00 - 11.00 Uhr	Roswitha Schätzmüller, 02266 6956 roswitha.schaetzmueeller@hotmail.de
"Wackelkontakt" Selbsthilfegruppe für Menschen mit Parkinson	51580 Reichshof, Crottorfer Str. 16a	letzter Donnerstag im Monat von 11.00 -13.30 Uhr	Kontaktbüro Dorit Knabe 0172 56 43 468
EinfachMalSingen-Chor	51643 Gummersbach, Steinmüllerallee 10 (Halle 32)	letzter Mittwoch im Monat von 15.30 - 17.00 Uhr	Kontaktbüro Dorit Knabe 0172 56 43 468

Gesprächskreis für pflegende und sorgende Angehörige	51766 Engelskirchen, Märkische Straße 30 (Räume Malteser)	1. Montag im Monat von 18.30 - 20.00 Uhr	Lee Feis 0170 68 20 007
Gesprächskreis Demenz	51674 Wiehl, Homburger Str. 7 (OASe)	3. Donnerstag im Monat von 17.30 - 19.00 Uhr	Alzheimer Gesellschaft im Berg. Land e. V. 02262 75 27 910
Gesprächskreis Demenz	51643 Gummersbach, Steinmüllerallee 12 (AOK-Haus)	1. Freitag im Monat von 10.00 - 11.30 Uhr	Alzheimer Gesellschaft im Berg. Land e. V. 02262 75 27 910
Selbsthilfegruppe für Angehörige von Menschen mit Demenz	51709 Marienheide, Landwehrstr. 9 (Caritas-Mehrgenerationen-Haus)	1. Mittwoch im Monat von 17.00 - 18.30 Uhr	Jutta Hupertz 02264 45 92 13 jutta.hupertz@caritas-oberberg.de

Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe für den
Oberbergischen Kreis
La Roche-sur-Yon-Str. 5
51643 Gummersbach
Telefon: 0172 56 43 468

pflegeselbsthilfe-obk@paritaet-nrw.org

www.pflegeselbsthilfe-obk.de

Sprechzeit: Dienstag 13.00-16.00 Uhr und nach Vereinbarung

Ansprechpartnerin/Fachkraft Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe: Dorit Knabe

Stand: Februar 2026

Gefördert von:

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



LANDESV ERBÄNDE
DER PFLEGEKASSEN



**PFLEGE
SELBSTHILFE
NRW**