Selbsthilfegruppe	Ort der Treffen	Zeit/Turnus der Treffen	Ansprechperson
Gesprächskreis Demenz	51588 Nümbrecht, Jakob-Engels-Str. 4 (Engelsstift)	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
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
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 beratung@ams-lindlar.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	Kontaktbüro Dorit Knabe 0172 56 43 468
"Wackelkontakt" Selbsthilfegruppe für Menschen mit Parkinson	51580 Reichshof, Crottorfer Str. 16a (LIA-Zentrum)	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	Kontaktbüro Dorit Knabe 0172 56 43 468
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
Gesprächskreis Demenz	51766 Engelskirchen, Hüttenstr. 17 (Otto-Jeschkeit-Seniorenzentrum)	4. Montag im Monat von 17.30 - 19.00 Uhr	Alzheimer Gesellschaft im Berg. Land e. V. 02262 75 27 910
Gesprächskreis Demenz	Dietrich-Bonhoeffer-Haus, Dietrich-Bonhoeffer-Weg 4, 51702 Bergneustadt (Ev. Altenheim)	2. Mittwoch im Monat von 17.30 - 19.00 Uhr	Alzheimer Gesellschaft im Berg. Land e. V. 02262 75 27 910

Déjà-vu - Gesprächskreis für Angehörige	51580 Reichshof, Crottorfer Str. 16a (LIA-Zentrum)	1. Dienstag im Monat von 10.30 – 12.30 Uhr	Kontaktbüro Dorit Knabe 0172 56 43 468

Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe für den
Oberbergischen Kreis
La Roche-sur-Yon-Str. 5
51643 Gummersbach
☎ 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

Gefördert von:
Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales des Landes Nordrhein-Westfalen
LANDESVERBÄNDE DER PFLEGEKASSEN
PKV Verband der Privaten Krankenversicherung
PFLEGE SELBSTHILFE NRW

Stand: Oktober 2026

www.pflegewegweiser-nrw.de