

16. September  
TAG DER  
**Selbsthilfe**

## „Ich kann nicht mehr! Und jetzt??? - hilfreiche Denkweisen zum Lösungen finden“

Tag der offenen Tür  
in der  
**Selbsthilfekontaktstelle Pflege,**  
Caritasverband Vogtland e.V., Plauen - Bergstraße 39

**am Dienstag, 16. September 2025**

**von 09.30 – 11.30 Uhr**



**mit PFLEGE-PAUSE** - das Frühstück für pflegende Angehörige -

**sowie 15.00 – 17.00 Uhr**

**mit PFLEGE- CAFÉ** – Austausch am Nachmittag für pflegende Angehörige -

- Impulse zum Thema sowie anschließende Frage- und Gesprächsrunde
- Informationen zu Unterstützungs- und Entlastungsangeboten für Pflegebedürftige und deren Angehörige im Vogtlandkreis

Eine Anmeldung würde die Planung des Tages erleichtern. Vielen Dank!  
Für Speisen und Getränke bitten wir um einen kleinen Unkostenbeitrag.

### Kontakt:

Daniela Wächter

Caritasverband Vogtland e.V.

Tel. 03741 / 148577

E-Mail: [selbsthilfe@caritas-vogtland.de](mailto:selbsthilfe@caritas-vogtland.de)

caritas  
vogtland 



Diese Maßnahme wird mitfinanziert durch  
Steuermittel auf der Grundlage des vom  
Sächsischen Landtag beschlossenen Haushaltes.