



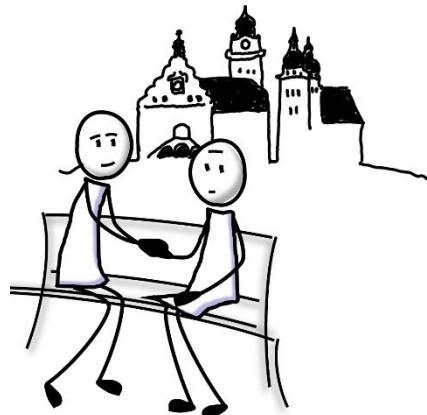
## Gesprächsgruppe – Angehörige von Menschen mit Pflegebedarf

### Herzliche Einladung

**Wann?** einmal im Monat,  
montags, 14:30 – 16:30 Uhr

19.01./ 02.02./ 02.03./  
13.04./ 04.05./ 01.06.2026

**Wo?** Caritas – Begegnungsraum  
Bergstraße 39, 08523 Plauen



**Liebe pflegende Angehörige,**

für einen nahestehenden Menschen zu sorgen ist eine wichtige und wertvolle Aufgabe – ohne Ihre Hilfe wären für Ihren Angehörigen viele alltägliche Dinge nicht möglich.

Doch, wie kann man auch gut für sich selbst sorgen?

Bei uns können Sie sich in einer moderierten Gruppe mit anderen Pflegenden über viele Fragen aus Ihrem Pflegealltag auszutauschen, sich gegenseitig auf Entlastungsmöglichkeiten hinweisen sowie praktische Tipps zur Bewältigung des Alltags geben.

**Sie sind herzlich willkommen – eine Anmeldung ist jedoch organisatorisch erforderlich.**

Falls Sie für diesen Zeitraum eine Betreuung für die pflegebedürftige Personen benötigen, sprechen Sie uns gerne an.

### Anmeldung:

Caritasverband Vogtland e.V.  
Bergstraße 39 - 08523 Plauen  
Tel. 03741 / 148578  
E-Mail: [selbsthilfe@caritas-vogtland.de](mailto:selbsthilfe@caritas-vogtland.de)



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



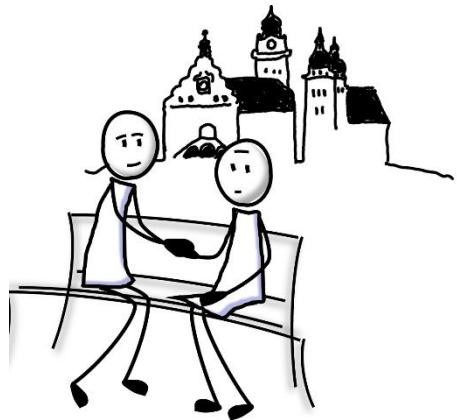
## Gesprächsgruppe - Angehörige von Menschen mit Pflegebedarf

### Herzliche Einladung

**Wann?** einmal im Monat,  
montags, 14:30 – 16:30 Uhr

**19.01./ 02.02./ 02.03./  
13.04./ 04.05./ 01.06.2026**

**Wo?** Caritas – Begegnungsraum  
Bergstraße 39, 08523 Plauen



**Liebe pflegende Angehörige,**

für einen nahestehenden Menschen zu sorgen ist eine wichtige und wertvolle Aufgabe – ohne Ihre Hilfe wären für Ihren Angehörigen viele alltägliche Dinge nicht möglich.

Doch, wie kann man auch gut für sich selbst sorgen?

Bei uns können Sie sich in einer moderierten Gruppe mit anderen Pflegenden über viele Fragen aus Ihrem Pflegealltag auszutauschen, sich gegenseitig auf Entlastungsmöglichkeiten hinweisen sowie praktische Tipps zur Bewältigung des Alltags geben.

**Sie sind herzlich willkommen - eine Anmeldung ist jedoch organisatorisch erforderlich.**

Falls Sie für diesen Zeitraum eine Betreuung für die pflegebedürftige Personen benötigen, sprechen Sie uns gerne an.

### Anmeldung:

Caritasverband Vogtland e.V.  
Bergstraße 39 - 08523 Plauen  
Tel. 03741 / 148578  
E-Mail: [selbsthilfe@caritas-vogtland.de](mailto:selbsthilfe@caritas-vogtland.de)



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