

# Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Frankfurt

## Café Augenblick Ins Gespräch kommen, über Pflege reden

Dienstag, 03.02.2026  
15.00 bis 16.30 Uhr



Foto von freepik

Sie möchten andere Menschen kennenlernen, die eine\*n Angehörige\*n pflegen?  
Menschen, die sich in einer ähnlichen Situation wie Sie befinden?

Ganz gleich, ob Sie Ihr Kind, Ihre\*n Partner\*in oder Ihre Eltern pflegen, das  
**Café Augenblick** lädt Sie ein, trotz des herausfordernden Alltags eine (Aus-)Zeit  
für sich zu nehmen.

In Gesprächen mit anderen Betroffenen, haben Sie die Möglichkeit einander  
kennenzulernen und den Augenblick für sich zu nutzen.

Die Teilnahme ist kostenfrei.

Kommen Sie gerne vorbei:

**Selbsthilfe e.V.  
Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Frankfurt  
Sonnemannstraße 3 (6.OG, Aufzug vorhanden)  
60314 Frankfurt am Main**

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, hilft uns aber bei der Planung.

E-Mail      [pflege@selbsthilfe-frankfurt.net](mailto:pflege@selbsthilfe-frankfurt.net)  
Telefon      0 69.13 82 80 04

 **Selbsthilfe e.V.**