

**NEU:**  
**Sonntagsspaziergang für  
pflegende / begleitende Angehörige**



Zur Förderung der körperlichen und geistigen Gesundheit lädt das Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Kreis Coesfeld zum gemütlichen Sonntagsspaziergang ein. Haben Sie Lust auf einen wohltuenden Spaziergang und lockeren Austausch mit anderen pflegenden Angehörigen?

Gemeinsam unternehmen wir kleine Wanderungen im nahen Umland. Dabei können wir an der frischen Luft unter freiem Himmel zusammen Kraft tanken für den Alltag. Der Treffpunkt wird bei der Anmeldung bekannt gegeben.

**Wann: 3. Sonntag im Monat, 15:00 bis ca. 16:15 Uhr**

**Termine: 18. Juli, 15. August, 19. September, 17. Oktober 2021**

**Achtung, alle Termine unter Vorbehalt!** Die Spaziergänge finden nur statt, wenn die Corona-Schutzverordnung es erlaubt.

**Infos und Anmeldung:**

**Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Kreis Coesfeld, Martina Nötzold**

**Mail: pflegeselbsthilfe-coesfeld@paritaet-nrw.org**

**Telefon: 0174 73 80 961 / 02541 84 45 73 4**

Gefördert von:

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



LANDESVERBÄNDE  
DER PFLEGEKASSEN



**NEU:**  
**Sonntagsspaziergang für  
pflegende / begleitende Angehörige**



Zur Förderung der körperlichen und geistigen Gesundheit lädt das Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Kreis Coesfeld zum gemütlichen Sonntagsspaziergang ein. Haben Sie Lust auf einen wohltuenden Spaziergang und lockeren Austausch mit anderen pflegenden Angehörigen?

Gemeinsam unternehmen wir kleine Wanderungen im nahen Umland. Dabei können wir an der frischen Luft unter freiem Himmel zusammen Kraft tanken für den Alltag. Der Treffpunkt wird bei der Anmeldung bekannt gegeben.

**Wann: 3. Sonntag im Monat, 15:00 bis ca. 16:15 Uhr**

**Termine: 18. Juli, 15. August, 19. September, 17. Oktober 2021**

**Achtung, alle Termine unter Vorbehalt!** Die Spaziergänge finden nur statt, wenn die Corona-Schutzverordnung es erlaubt.

**Infos und Anmeldung:**

**Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Kreis Coesfeld, Martina Nötzold**

**Mail: pflegeselbsthilfe-coesfeld@paritaet-nrw.org**

**Telefon: 0174 73 80 961 / 02541 84 45 73 4**

Gefördert von:

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



LANDESVERBÄNDE  
DER PFLEGEKASSEN

