



**PFLEGE  
WEGWEISER  
NRW**

Für Pflegebedürftige  
und Angehörige

## Bewegung tut gut

### Angebot

- Aktivangebot
- Pflegende Angehörige
- Remscheid

Weitergehende Informationen zu diesem Gruppenangebot erhalten Sie über das folgende Kontaktbüro:

### Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Solingen / Wuppertal / Remscheid

#### Kontaktdaten

Friedrichstraße 1-3  
42655 Solingen

**Telefon:** 0173 3767415 0212 2336554

**Email:** [p.ruettgers@teheim-solingen.de](mailto:p.ruettgers@teheim-solingen.de)

**Homepage:** <https://www.teheim-solingen.de/ueber-uns/pflegeselbsthilfe>

**Ansprechpartner/in:** Pia Rüttgers

**Terminvereinbarung notwendig:** Ja