

synthese

thuis in je wijk

Wij helpen je op weg,
jij bepaalt de route

Bergen, Gennep, Heumen,
Mook en Middelaar

De trainers

Blijf in balans

Training voor mantelzorgers



Training Blijf in Balans

Zorgen voor iemand kan veel voldoening geven, maar langdurig zorgen kan (ongemerkt) steeds zwaarder worden. Het is niet altijd gemakkelijk om balans te houden in het dagelijks leven als je intensief voor een naaste zorgt. Deze training maakt mantelzorgers bewust van patronen en helpt te ontdekken hoe de balans kan worden behouden en/of hersteld. Er wordt informatie en advies gegeven en mantelzorgers kunnen ervaringen en tips uitwisselen.

Data, tijden en locatie

De training is op: 20 maart, 3 april en 17 april van 19.00-21.00 uur.

Locatie: Wijkcentrum van Ons, Norbertplein 3 6591XA

Meer informatie en aanmelden

Aan de training zijn geen kosten verbonden. Deelname aan de training kan alleen na aanmelding en bevestiging door de trainer.

De training wordt gegeven door Karin Zwart (06 33 04 03 35) en Judie van Schaijk (06 34 63 23 73).

Aanmelden kan via de website scan hiervoor de qr code.
Of bel naar de trainers. Aanmelden kan tot uiterlijk 13 maart

