

Zorgt u voor een naaste die ziek, gehandicapt of verslaafd is?



**Volg een gratis cursus
of kom naar de bijeenkomsten
voor mantelzorgers in Zuidoost**

Programma najaar 2020

Open inloop-informatiebijeenkomsten

Op 10 en 24 september kunt u tussen 12.30 en 14.30 vrij binnenlopen bij NoLimit als u vragen heeft over de zorg voor uw naaste en wilt weten welke ondersteuningsmogelijkheden er zijn. Gratis lunch.

Data: 10 en 24 september | 12.30-14.30 uur | Locatie: NoLimit, Geldershoofd 80.

Themamiddag 'Financiële mogelijkheden voor mantelzorgers'

U krijgt informatie over welke financiële regelingen er zijn voor u en uw naaste die zorg nodig heeft.

Datum: 29 september | 13.30-16.00 uur | Locatie: NoLimit, Geldershoofd 80.

Themamiddag 'Omgaan met dementie'

Wat verandert er allemaal als iemand dementie heeft? Wat betekent dat voor u? Waar moet u rekening mee houden om de communicatie zo soepel mogelijk te laten verlopen en in contact te blijven?

Datum: 5 oktober | 13.30-16.00 uur | Locatie: NoLimit, Geldershoofd 80.

Themamiddag 'Levend verlies'

Als mantelzorger kunt u te maken krijgen met verlies en rouw terwijl uw naaste in leven is.

Hoe (h)erkent u dit proces en hoe geeft u het een plek in uw leven?

Datum: 13 oktober | 13.30-16.00 uur | Locatie: NoLimit, Geldershoofd 80.

Cursus 'De Zorg de baas'

Vijf inspirerende bijeenkomsten. U leert om de zorg zo te regelen dat u meer energie overhoudt en ook weer aan uzelf toekomt.

Startdatum: 30 okt. van 13.00 - 15.30 uur | Locatie: NoLimit, Geldershoofd 80

Training 'Werk en mantelzorg combineren'

U leert hoe u de regie houdt, grenzen stelt, wat u bespreekt met uw collega's en leidinggevende en hoe u een goede balans vindt tussen zorgen voor uw naaste en zorgen voor uzelf.

Datum: 21 november | 10.00-16.30 uur (incl. lunch) | Locatie: Ons Genoegen, Spaarndammerdijk 319

Ook meedoen?

Bel of mail naar Markant, centrum voor mantelzorg. Deelname is gratis
T. 020 - 886 88 00 | info@markant.org | www.markant.org

Markant houdt zich aan de RIVM-richtlijnen. Blijf thuis bij klachten.