



Nuenen

Samen actief, samen sterk

Nieuwsflits

PVGE Nuenen

Datum: 08-01-2025



Nieuwjaarsontmoeting

Workshop BordjeVol

Wanneer: 16 januari**Hoe laat:** 13.30 u – 15.30 u**Waar:** het Mantelzorgcafé in de Regenboog
Sportlaan 5 Nuenen**Wanneer:** 22 januari**Hoe laat:** 19.30 u – 21.30 u**Waar:** Aardappeleterssteegje 3
Nuenen

Gratis toegankelijk voor alle mantelzorgers in Nuenen

Onder het genot van een drankje en wat lekkers willen we met z'n allen proosten op het nieuwe jaar. We wensen dat je als mantelzorger met een positieve blik het nieuwe jaar instapt, dankzij of ondanks je mantelzorgtaken.

Ook zal er een leuke activiteit zijn op deze middag.

Mantelzorgers zorgen voor een familielid, vriend of buur. Deze zorg is meer dan wat gebruikelijk is. Veel mantelzorgers vinden deze zorg vanzelfsprekend, maar dat is het niet.

Vaak begint het klein, maar wordt de zorg steeds een beetje meer en zwaarder. Het kan steun bieden om mensen te ontmoeten die zich in net zo'n situatie bevinden als jij. En samen tips uit te wisselen hoe je als mantelzorger de zorg beter kunt regelen en daarbij zelf overeind kunt blijven.

Elke 3^e donderdag van de maand organiseert het Steunpunt Mantelzorg van LEVgroep het Mantelzorgcafé, van 13.30 – 15.30 u in de Regenboog.

Aanmelden is niet nodig, loop gerust binnen.

Een goed voornemen voor mantelzorgers: een beetje meer tijd voor jezelf

Als mantelzorger heb je veel op je bordje liggen wat allemaal moet gebeuren. Taken thuis, veel doen en regelen voor degene voor wie je zorgt. Dit kan wel eens teveel worden en dan schieten juist vaak de activiteiten waar je energie van krijgt, erbij in.

Herken je dit? Dan is de workshop BordjeVol op 22 januari iets voor jou.

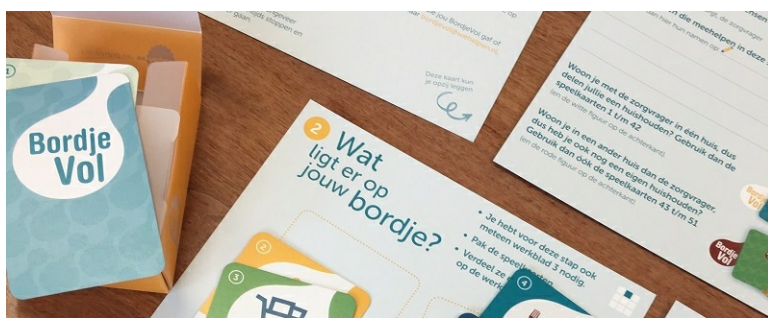
De workshop BordjeVol geeft je inzicht in wat er allemaal op je bordje ligt, welke activiteiten je energie kosten en welke juist energie opleveren, welke taken je graag zelf wilt blijven doen en wat misschien niet. En wie je daar wellicht bij zou kunnen helpen.

Samen met andere mantelzorgers, maar wel ieder voor je eigen situatie, bekijk je met een praktisch kaartspel met een mantelzorgconsulent jouw situatie als mantelzorger. Onderling kunnen er ook ervaringen en tips worden uitgewisseld.

Aan deze workshop zijn geen kosten verbonden.

Aanmelden

Aanmelden of vragen: Stuur een mail naar karin.vandervelden@levgroep.nl of bel naar het CMD (040) 2831675



PVGE op Facebook



Website PVGE Nuenen

Deze e-mail is verstuurd aan {{email}}.

Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich [hier afmelden](#).U kunt ook uw [gegevens](#) inzien en wijzigen.Voor een goede ontvangst voegt u nieuwsflits@pvge-nuenen.nl toe aan uw adresboek.