

Mantelkracht

Sterker worden als mantelzorgger



Ontdek onze coachingsessies voor mantelzorgers, volledig gratis.

WANNEER?

dinsdag 1 oktober
dinsdag 15 oktober
dinsdag 29 oktober
dinsdag 12 november
dinsdag 26 november
dinsdag 10 december
telkens van 15u - 17u

Waar?

De Kameleon
Oostkade 24, 9060 Zelzate

Vragen?

Contacteer ons via
info@elzmeetjesland.be
of +32 492 14 56 83

Inschrijven?

info@elzmeetjesland.be

Wat mag je verwachten?

#dahadikeffenodig

Mantelkracht is een coachingsprogramma ontworpen om jouw **veerkracht als mantelzorg** te versterken.

We begrijpen dat mantelzorg gepaard gaat met vele uitdagingen. In de coachingsessies bespreken we deze uitdagingen én werken we samen aan praktische oplossingen. Zo sta je er nooit alleen voor en krijg je de steun die je verdient!

Hoe **combineer** ik zorg met werk en mijn persoonlijk leven?

Wat zijn de **financiële regelingen** voor mantelzorgers?

Welke **organisaties** kunnen mij helpen?

Hoe bespreek ik **zorgbehoeften** met andere familieleden?

Hoe zorg ik voor mijn **eigen ontspanning en welzijn**?



Vlaams
Expertisepunt
Mantelzorg

samana
samen met 

 **EERSTELIJNSZONE**
Oost- en West-Meetjesland

 **Sint-Jan-Baptist**
psychiatrisch centrum