



Betrokken Omgeving

In balans als mantelzorg

Het zorgen voor een ander met psychische problemen is een hele opgave. Het gaat vaak gepaard met gevoelens van machteloosheid, stress en spanning. In deze training worden handvatten gegeven om hiermee om te gaan, met als doel te voorkomen dat je zelf overbelast raakt en te zorgen dat je meer grip op je situatie krijgt. Onderwerpen zijn draagkracht en draaglast, anders leren denken, communicatie en grenzen aangeven. Deze cursus is bedoeld voor mantelzorgers van mensen met psychische problemen zoals bijvoorbeeld depressie, autisme, dementie of niet aangeboren hersenletsel.

Wanneer: 24 mei, 31 mei, 7 juni, 14 juni 2022

Hoe laat: 14.30 – 16.30 uur

Locatie: De Wiekstee, Hardenberg

Kosten

Er zijn geen kosten verbonden aan deze bijeenkomsten. Aanmelden is noodzakelijk. Voorafgaand aan de training vindt er een telefonische kennismaking plaats.

Informatie en aanmelden bij Impluz

E: info@impluz.nl

T: 0570 - 604900

I: <https://www.impluz.nl/training/betrokken-omgeving>

