



ZELFZORG VOOR DE MANTELZORGER

met Regine Claeys en Lies De Winter

Ben jij mantelzorger en wil je sterker in je rol staan? Deze reeks van vijf momenten helpt je om je draagkracht te vergroten. Volgende thema's komen aan bod: grenzen stellen, zelfzorg, effectieve communicatie en het vragen van steun.

Wanneer?

Vrijdag 14, 21 en 28 maart; 4 en 11 april;
telkens van 14 tot 15.30 uur.

5€

Waar?

LDC De Dorpsplekke, Dorpsstraat 67, Westrozebeke.

Meer info en inschrijven:

www.staden.be/activiteiten of 051 70 82 00.

Terwijl je mantelzorger deze sessie volgt, kan je als zorgvrager gratis beroep doen op het Centrum van Dagverzorging 't Westrozeke.

Neem vooraf contact op met LDC De Dorpsplekke via de.dorpsplekke@terwestroze.be of 051 59 12 70.

De Dorpsplekke

LOKAAL DIENSTENCENTRUM


kwadraat
netwerk geestelijke gezondheid
midden-west-vlaanderen


Lichtbaken
lichtbaken

 **staden**
Gedreven vooruit