



INCLUSIE IN-ZICHT

sig-net.be

Hoe kan je je familielid met NAH het beste ondersteunen en tegelijkertijd goed voor jezelf zorgen?

Code 209

Type vorming	Cursus
Code	209
Wanneer	04/04/2019 tot 27/06/2019
Uur	19:00 tot 21:15
Waar	Wegwijs Zonhoven
Prijs	€ 20,00 - € 0,00 voor participanten
Uiterste inschrijvingsdatum	01/04/2019
Aantal uren vorming	9,00 uur

Extra info

[Afdrukbare
fiche](#)

Inhoud

Hoe bewaak je je gezondheid, je welzijn, je relaties? Hoe blijf je in verbinding met wat voor jou van betekenis is? Als mantelzorgers van een persoon met NAH heb je de wens om je leven gewoon te leven. Een zorgsituatie zet die wens onder druk. Je gaat soms onwetend over je eigen grenzen en raakt uitgeput.

Tijdens vier ontmoetingsavonden willen we met een vaste groep mantelzorgers afstand nemen van onze zorgtaken en stilstaan bij wat helpt om vitaliteit te ervaren. We willen leren van elkaar. We zoeken naar een manier om mantelzorg te verlenen en toch in balans te blijven met onszelf. We reflecteren op de vitaliteit van ons lichaam, hoofd, hart en ziel.

Door wie?

Kathleen Motmans
Orthopedagoog

Voor wie?

Deze activiteit is bedoeld voor mantelzorgers van personen met een NAH.

Studenten kunnen niet deelnemen aan deze activiteit.

Deze vorming is een samenwerking met:

dynamiek  **intesa**
boeiend in zorg

