

Zelfzorg voor mantelzorgers

Type

Groepsaanbod

Startdatum

07/11/2024 - 12/12/2024

Locatie

Lekkerboterstraat 1, 8920 Langemark-Poelkapelle, Belgium (LDC De stek, Lekkerboterstraat 1, Langemark-Poelkapelle)

Door

Evelien Vierstraete

Suzanne Catrysse (Externe partner)

(Externe partner)

Praktische info

Datums

07 november 2024 - 18:00 - 20:00

21 november 2024 - 18:00 - 20:00

28 november 2024 - 18:00 - 20:00

05 december 2024 - 18:00 - 20:00

12 december 2024 - 18:00 - 20:00

Prijs

Prijs voor groepsaanbod en kampen:

0-23 jaar = gratis

+23 jaar= 2,5 per sessie

Aantal sessies

5

Duur sessies

120

Voor wie

Mantelzorgers

Hulp bij

Assertiviteit, Zelfzorg

Bereikbaarheid

Rolstoel toegankelijk, Gratis parking

Inhoud

Binnen de sessies kan je in contact komen met lotgenoten, is er ruimte om ervaringen te delen en zoeken we naar manieren om de zorg voor jezelf op de voorgrond te plaatsen.

Contact en inschrijven

E-mailadres

evevierstraete@hotmail.com

Meer info op elpen.be

https://www.elpen.be/initiatieven/zelfzorg-voor-mantelzorgers-1