

Balans in mantelzorg

ZELFZORG ALS SLEUTEL TOT VOLHOUDEN



Infosessie

03/06/2025

14 uur

Tabloot

Dessel

SAMANA MANTELZORGWERKING

samana

samen met



Balans in mantelzorg

ZELFZORG ALS SLEUTEL TOT VOLHOUDEN

Zorgen voor jezelf als mantelzorger: hoe doe je dat? Je zorgt voor iemand uit jouw directe omgeving, je gezin, je werk. Om dit allemaal vol te houden, mag je ook jezelf niet uit het oog verliezen. Zo houd je de balans tussen draagkracht en draaglast gezond. Tijdens dit infomoment krijg je info over het belang van zelfzorg en concrete tips om aan de slag te gaan.

Praktisch

Tabloo
Gravenstraat 3
2480 Dessel

Dinsdag 3 juni 2025
14 tot 16 uur

Prijs:
Basis: 5 euro
CM-lid: 3 euro
CM-lid met VT: 2 euro



Schrijf in als je erbij wil zijn*!

- 02 246 64 64
- mantelzorg@samana.be
- samana.be/vorming

*Uiterlijk 20 05 25

www.samana.be