



Programma voor mantelzorgers Voorjaar 2023

Mantelzorgcafé Leiden

- 26 januari - **Thema: Mantelzorg en verlies** - Hoe ga je om met levend verlies bij mantelzorg omdat je naaste steeds minder kan of een beperking heeft.

Huis van de Buurt de Kooi - 19.30 - 21.30 uur

- 24 februari - **Thema: Het maken van een noodplan**

Als jou iets overkomt wie moeten er allemaal gewaarschuwd worden? We maken een persoonlijk noodplan.

Huis van de Buurt Matilo - 15.00 - 17.00 uur

- 24 maart - **Creatieve workshop**

Huis van de Buurt Stevenshof - 14.00 - 16.00 uur

- 18 april - **Thema: Veranderende relaties** - Als jouw naaste ziek wordt en zorg nodig heeft, dan kan dat jullie relatie veranderen. Wat betekent dit voor jou?

Huis van de buurt Het Gebouw - 15.00 - 17.00 uur

- 18 mei - **Zorgouderbijeenkomst** - Ontspanning en informatie voor ouders die meer dan de gebruikelijke zorg hebben voor hun kind vanwege een ziekte of beperking.

Huis van de Buurt De Kooi - 19.30 - 21.30 uur

- 15 juni - **Thema: Welkom thuis** - Als thuis wonen niet meer gaat.

Informatie en tips over de voorbereiding en overgang van thuis naar een verpleeghuis.

Huis van de Buurt Op Eigen Wieken 15.00 - 17.00 uur

Koffietafels voor mantelzorgers

Noord

Elke laatste woensdagmiddag van de maand, Afwisselend in Huis van de Buurt Het Gebouw, De Kooi en Op Eigen Wieken 14.00 - 16.00 uur.
Meer info: Marian Krol - Mkrol@incluzio.nl

Zuid

Elke tweede woensdagochtend van de maand
Huis van de Buurt Vogelvlucht, 10.00 - 11.30 uur
Meer info: Sandra Poel - Spoel@incluzio.nl

NAH koffie-inloop

Voor mensen met niet-aangeboren hersenletsel (NAH) en hun mantelzorgers. Een plek om anderen te ontmoeten en vragen te stellen over passende ondersteuning.

10.00 - 12.00 uur

- Elke 1e donderdag van de maand, Roodenburg (Huis van de Buurt)
- Elke 2e donderdag van de maand, Stevenshof (Huis van de Buurt)
- Elke 3e donderdag van de maand De Kooi (Huis van de Buurt)

Info en aanmelden

Meer info bij de mantelzorgcoach in jouw wijk!

Aanmelden via mantelzorgleiden@incluzio.nl