

PERSBERICHT: Mantelzorg Trefpunt in de avond

[Veldhoven] SWOVE organiseert iedere maand het Mantelzorg Trefpunt. Dit is een ontmoetingsplek waar mantelzorgers ervaringen kunnen delen en steun vinden bij elkaar. De bijeenkomsten worden door de aanwezigen als waardevol ervaren, omdat herkenning en uitwisseling centraal staan. Tot voor kort vonden de Mantelzorg Trefpunten alleen overdag plaats. Om meer mantelzorgers de kans te geven om aan te sluiten, start SWOVE vanaf september ook met bijeenkomsten in de avond. De eerste avondbijeenkomst vindt plaats op woensdag 24 september.

Iedere bijeenkomst staat een thema centraal. Op 24 september gaat het over: 'Hoe zorg je goed voor jezelf als mantelzorger?' Een deskundige in zelfzorgtechnieken geeft eenvoudige ontspanningsoefeningen die mantelzorgers ook thuis kunnen toepassen. Daarnaast worden praktische tips en adviezen gedeeld om energie en balans beter te behouden.

Iedere mantelzorger is welkom. De toegang is gratis en de inloop is vrij.

Wanneer : woensdag 24 september van 19.00 tot 20.30 uur.

Waar : huiskamer van Veldwijzer, Sterrenlaan 15, Veldhoven.

Meer informatie:

Neem contact op met SWOVE op werkdagen tussen 9.00 en 13.00 uur via 040-254 00 66 of kijk op www.swove.nl.

NOTE VOOR DE REDACTIE

Neem voor meer informatie contact op met:



Jerica Kornegoor

Coördinator Welzijn en Communicatie

040-303 88 63

j.kornegoor@swove.nl