



Cursus 'Zorgen voor iemand'

Praktische cursus voor wie een naaste verzorgt



Goed voor een partner, familielid of bekende zorgen is een vak apart. Hoe til je het beste? Hoe

help je iemand met aankleden? Hoe zorg je ook nog goed voor jezelf? Tijdens 4 bijeenkomsten leert u praktische vaardigheden

om het zorgen te vergemakkelijken en krijgt u voorlichting over mogelijkheden van respijtzorg en andere voorzieningen. We oefenen met ontspanningstechnieken en u vindt (h)erkenning bij elkaar.



Wat u in deze cursus leert

- Omgaan met ziekte of handicap.
- Op een gezonde manier voor uw naaste te zorgen (voeding, medicatie, incontinentie(materialen), tiltechnieken en hulpmiddelen).
- De balans tussen draagkracht en draaglast beter te bewaren.
- Ontspanningstechnieken.
- De zorg tijdig te delen met anderen en gebruik te maken van de respijtzorg die de regio biedt.

Cursusinformatie

- Cursusdata: maandag 29 februari, 7, 14 en 21 maart 2016.
- Tijd: 13.30- 15.30 uur.
- Locatie: Oosthavenkade 43 in Vlaardingen (bij Careyn).
- Cursusleiding: een mantelzorgconsulent en een wijkverpleegkundige.
- Kosten: geen.

Meer informatie en aanmelding

Indien u meer informatie wilt over deze cursus, neem dan contact op met Carin de Leede, mantelzorgconsulent, via info@minters-mantelzorg.nl of 010 435 10 22.

U kunt zich voor de cursus aanmelden via info@minters-mantelzorg.nl. U kunt ook de antwoordkaart invullen en naar ons toesturen.

'Door de cursus voel ik me veel zekerder'





Minters is 7 dagen per week 24 uur per dag bereikbaar



Hierbij meld ik mij aan voor de cursus
'Zorgen voor iemand'.

Naam:

.....

Adres:

.....

Postcode en woonplaats:

.....

Telefoonnummer:

.....

E-mailadres:

.....

Een postzegel
is niet nodig

**Minters Mantelzorg
Antwoordnummer 399
3130 VB Vlaardingen**

Minters Mantelzorg

Galgkade 3

3133 KN Vlaardingen

T 010 435 10 22

E info@mintersmantelzorg.nl

www.mintersmantelzorg.nl

www.minters.nl



Onze dienstverlening én onze cursussen zijn gratis

De diensten van Minters

- *Gezinspecialist op school*
- *Jongerenwerk en Participatie*
- *Sociale wijkteams*
- *Sociaal-juridische advisering*
- *Minters Mantelzorg*
- *Veilig Thuis Rotterdam Rijnmond, regioteam NWN*
- *Armoedemeldpunt Vlaardingen*
- *Lokaal Zorgnetwerk*
- *Woonbegeleiding*
- *Ontruimingspreventie*
- *Praktijkondersteuning Huisartsen GGZ*

Minters werkt op basis van een privacy- en een klachtenreglement.