

Workshop Mantelzorg en Werk

Maar liefst 83 % van de mantelzorgers combineert werk en zorg.* Hoe blijft mantelzorg en werk een gezonde combinatie? Hoe zorgen we er voor dat de taken en verantwoordelijkheden van zorg, gezin en werk niet tot spanningen en zelfs tot overbelasting leiden?. In de workshop zoemen we in op het delen van zorg, tips om in balans te blijven en wisselen we onderling ervaringen uit. En dat alles onder het genot van soep en lekkere broodjes.

Datum: Donderdag 12 november

Tijd: 17.30 – 19.30,

Locatie: Huis van de wijk De Halte, Hoge Schiehof 39.

De workshop is gratis, er is plaats voor maximaal 6 deelnemers. Aanmelden is verplicht en kan bij Janine Spek, mantelzorgcoach wmo radar. [jspek@wmoradar.nl/](mailto:jspek@wmoradar.nl)
06 12858470

Het is ook mogelijk de workshop online te volgen. Hiervoor kunt u zich ook aanmelden. Het tijdstip van de online workshop wordt in overleg vastgesteld.

* Onderzoek Sociaal en Cultureel Planbureau. Gemiddeld 1 op de 5 werknemers combineert werk met mantelzorgtaken