



Omgaan met Parkinson

Zorgt u voor iemand met de ziekte van Parkinson? Heeft u behoefte aan informatie hoe om te gaan met de veranderingen in uw situatie? Wij helpen u graag op de manier die het best bij u past.

Cursus Omgaan met een chronische ziekte, PPEP4ALL

In acht wekelijkse bijeenkomsten volgen u en uw partner een eigen programma. Beiden in een groep van maximaal 8 personen onder leiding van een gecertificeerd trainer. Wel op dezelfde plaats, datum en tijdstip.

Onderwerpen

- Wat betekent de ziekte in het dagelijks leven
- Omgaan met stress, angst en depressieve gevoelens
- Het nut van ontspannende activiteiten
- Communicatie
- Eigen netwerk

Naast deze thema's is er genoeg ruimte voor eigen inbreng.

'Door de cursus hebben we meer begrip voor elkaar gekregen.'

Gespreksgroep

U komt regelmatig met andere mantelzorgers bij elkaar, onder begeleiding van een mantelzorgconsulent. Uw vragen, ervaringen en problemen zijn het uitgangspunt. In de gespreksgroep vindt u herkenning, erkenning en steun. U kunt ook andere mantelzorgers helpen met uw tips en adviezen.

Familiegesprek

U komt samen met uw familie en/of vrienden en onze mantelzorgconsulent. Samen bespreekt u de onderlinge communicatie rondom het zorgen. Een familiegesprek verschaft u meer duidelijkheid en kan leiden tot gezamenlijke oplossingen en verbeteringen.

Individueel gesprek

Samen met onze mantelzorgconsulent bespreekt u, thuis of bij ons, uw situatie en kijkt naar oplossingen of verbeteringen.

'Wat fijn om ervaringen te delen met anderen in een zelfde situatie.'

Informatie

Onze cursussen en gespreksgroepen vindt u op diverse locaties. Voor meer informatie over data, kosten en aanmelding kijk op de site, bel of mail. Wij helpen u graag. Staat u nog niet ingeschreven als mantelzorger? Meld u aan, dan blijft u op de hoogte van ons aanbod.