

### **30 januari start mantelzorgcafé Oisterwijk**

Zorgt u voor een partner, familielid, buur? Ook al geeft u de zorg met liefde, het kan af en toe best zwaar zijn. Misschien bent u zo bezig met het zorgen voor de ander, dat u er zelf bij inschiet. Vanuit de praktijk blijkt dat er onder mantelzorgers behoefte is om op informele wijze andere mantelzorgers te ontmoeten, van elkaar te leren en ervaringen uit te wisselen. Het mantelzorgcafé is een initiatief van ContourdeTwern Oisterwijk om in deze behoefte te voorzien.

### **Voor wie is het mantelzorgcafé?**

Als mantelzorger krijgt u dagelijks te maken met allerlei praktische en emotionele vragen. Het mantelzorgcafé is er voor iedereen die op zoek is naar praktische tips, een luisterend oor of ervaringen met andere mantelzorgers wil delen. ContourdeTwern Oisterwijk organiseert voortaan elke maand een gezellig mantelzorgcafé. Hier kunt u vrijblijvend terecht met al uw vragen, uw zorgen delen en in gesprek gaan met andere mantelzorgers. Misschien wilt u graag een bepaald onderwerp bespreken. Samen met u kijken we waar u behoefte aan heeft.

### **Aanmelding**

U hoeft zich vooraf niet aan te melden. Het is een open inloop.

Mocht u vooraf nog meer informatie willen, dan kunt u contact opnemen met Ingrid Oosterling, mantelzorgconsulent ContourdeTwern. Zij is op maandag, dinsdag en donderdag bereikbaar op 013-528 40 80 of 06-171 630 91.

### **Waar en wanneer?**

Vanaf donderdag 30 januari elke laatste donderdagmiddag van de maand van 14.00 tot 16.00 uur beneden in de leeszaal van Tiliander.