

Gespreksgroep NAH

Mantelzorgers die de zorg hebben voor iemand met NAH kunnen deelnemen aan een gespreksgroep bij de Kap. De groep komt 1x per maand op **woensdagavond** van **19.30-21.30 uur** bij elkaar. De eerstvolgende data zijn **18 maart, 15 april en 13 mei.**



COACHEND WANDELEN

Iedere eerste maandagavond van de **maand** van **19.00-20.30 uur** kunt u wandelen onder leiding van Jannie Overeem en Bianca Zwolsman. Tot en met maart wandelen we vanaf station de Maten. Vanaf april wandelen we weer in de Kroondomeinen. U kunt parkeren aan de Wieselseweg. Ga op de splitsing bij café De Hamer linksaf de Wieselseweg in. Na ongeveer 2½ kilometer aan het einde van de verharde weg links aanhouden. Het bord: "Verboden voor auto's en motoren" geldt pas na 250 meter. Bij het informatiebord van de Koninklijke Houtvesterijen Het Loo begint de wandeling. We vertrekken om 19.00 uur.

CODA

Elke eerste maandagmiddag van de maand verzorgt CODA een aangepaste rondleiding voor mensen met dementie en hun mantelzorgers (Onvergetelijk CODA).

Op maandagochtend 6 april en 8 juni zijn er rondleidingen voor mensen met NAH en hun mantelzorgers (Heuglijk ontspannen).

Aanmelden voor één van deze rondleidingen kan via aanmeldingen@codapeldoorn.nl. o.v.v. datum, uw naam en het aantal personen. Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Annemiek van der Horst of Merel Buiting (055 - 52 68 512).

Gratis e-learning delier

Veel ouderen krijgen te maken met acuut optredende verwardheid ofwel een delier. Zo'n delier ontstaat vaak bij ouderen door een lichamelijke oorzaak zoals bijvoorbeeld een blaasontsteking. Een nieuwe e-learningmodule zet voor mantelzorgers alle informatie op een rij.

www.zorgvoorbeter.nl

AANBOD GGNET

Bij GGnet worden met regelmaat cursussen aangeboden voor familie en naastbetrokkenen. Zoals een partnercursus autisme, oudercursus autisme, omgaan met borderline, psychose of met psychische problemen. Daarnaast kunt u gebruik maken van de zogenaamde POM gesprekken. De gesprekken zijn bedoeld voor mensen die zorgen voor iemand die tot het huishouden of hun sociale netwerk behoort en die een bijzondere zorgbehoefte heeft. De gesprekken bieden u de gelegenheid uw verhaal te vertellen en advies en ondersteuning te krijgen die passen bij uw eigen specifieke situatie. Bent u geïnteresseerd of heeft u vragen? Bel **088 933 1180** of mail naar preventie@ggnet.nl



Locatie: de Kap, Regentesselaan 2 b, 7316 AC Apeldoorn.
= Graag aanmelden één week van te voren via de mail:
a.dusink@dekap.nl o.v.v naam en telefoonnummer