

## **Partnercursus: Stilstaan bij jezelf**

### Voor wie?

Voor mantelzorgers met een partner die al sinds een lange periode een chronische ziekte heeft zoals hersenletsel, dementie, Parkinson of iets anders.

### Wat?

Stilstaan bij je jezelf, je eigen leven. Hoe ga je met deze veranderde situatie om? Wat heb je nodig om veerkrachtig en gezond te blijven? Wat geeft je energie en blijheid? In de cursus kom je hierover in gesprek met mensen in dezelfde situatie. Daarnaast maken wij ook gebruik van creatieve werkvormen. De cursus wordt begeleid door kunstzinnig therapeut Claudia Kirchner.

### Waar?

Hersenletsel-en Afasiecentrum, De Linie 5a in Capelle a/d IJssel

### Wanneer?

Donderdag middag 16.00 uur tot 17.30 uur  
Data: 13 oktober, 27 oktober, 10 november 2022

**Kosten:** 6 euro voor koffie en thee

Voor meer informatie en inschrijving, mail naar [hersenletsel@zellingen.nl](mailto:hersenletsel@zellingen.nl)  
of bel: 010-4425361 of 06-82055354