



# themabijeenkomst

## ● ● ● Thema

## Burnout treft jong en oud

Wij leven in een drukke tijd, of maken we ons te druk? Ongeacht leeftijd, werk of maatschappelijke situatie is het voor menigeen moeilijk om een goede afstemming te vinden tussen werk en ontspanning. Hoe kun je voorkomen dat dit tot een burnout leidt? Of hoe zou je kunnen herstellen van een burnout? Daaraan besteden we in dit Mantelzorgcafé aandacht.

Mevrouw Linda Lansink psychologe, zal vanuit haar vakgebied en ervaring hierover informatie geven. Tevens zal zij aan de hand van praktijkvoorbeelden met de aanwezigen in gesprek gaan. Daarna zullen de aanwezigen in kleine groepen nog verder praten over burnout.

Aan alle inwoners van Landerd bieden we dit programma aan. Jong of oud iedereen is welkom. Deelname is gratis evenals de consumpties. U hoeft zich niet aan te melden.

U bent welkom op

Donderdag	26 september	19.30 - 22.00 uur	'De Phoenix' te Schaijk
Zaterdag	28 september	13.30 - 16.00 uur	'De Babbelaer' te Reek
Maandag	7 oktober	13.30 - 16.00 uur	'De Garf' te Zeeland

Indien u geen vervanging voor uzelf kunt regelen voor uw zorgvrager, neemt u dan contact op met uw wijkverpleegkundige. (zie achterkant flyer)

**adressen en  
contact  
zie achterkant**

## Wat is het doel van de Zorgcoöperaties in Landerd:

Bevorderen dat (kwetsbare) mensen met plezier in het dorp kunnen blijven wonen en kunnen blijven participeren in de samenleving door het organiseren van aanvullende diensten en voorzieningen in Reek, Schaijk en Zeeland, op basis van de maatschappelijke vraag, voor zorgbehoevende inwoners, onder andere (kwetsbare) ouderen, chronisch zieken en mensen met een beperking;

Het verminderen van noodgedwongen vertrek van zorgbehoevende mensen uit Reek, Schaijk en Zeeland.

## Wanneer bent u mantelzorgvervangend?

Als mantelzorgvervangend verleent u zorg aan iemand waar u een sociale relatie mee hebt. Dit doet u onbetaald, langdurig en/of intensief en is meer dan gebruikelijke zorg. Het kan steun bieden om mensen te ontmoeten die zich in net zo'n situatie bevinden als u.

## Waar kunt u terecht met uw vragen?

Voor al uw vragen over (mantel)zorg kunt u terecht bij de wijkverpleegkundigen en preventie werkers jeugd van de zorgcoöperaties.

## Telefoonnummers voor aanvraag mantelzorgvervangend en zorgvragen

Schaijk:	Wijkverpleegkundige Toos Franken toos.wijkvpk.zcs@gmail.com	06 - 30 10 48 16
Zeeland:	Wijkverpleegkundige Helma Vermeer helmavermeer@zorgcooperatiezeeland.nl	06 - 20 24 60 24
Reek:	Opbouwwerker Gertie Theunissen gertie.zorgcooperatiereek@gmail.com	06 - 11 03 83 70

## Preventiewerkers jeugd:

Schaijk;	Tobias Jubbega	06 - 40 09 10 83	tobias@preventiewerkerjeugd.nl
Reek en Zeeland;	Nettie Nabuurs	06 - 53 34 36 89	nettie@preventiewerkerjeugd.nl

## Adressen locatie mantelzorgcafé:

Schaijk	Pastoor van Winkelstraat 11	Dorps huis 'De Phoenix'
Reek	Nieuwe Heijtmorgen 20	Ontmoetingscentrum "De Babbelaar"
Zeeland	Kerkstraat 35	Gemeenschapshuis 'De Garf'