

GROEPSESSIE

MANTELZORG

Woensdag 21 juni
14u tot 16u

Tijdens het eerste deel van de sessie staan we even stil bij wat mantelzorg betekent en geven we elkaar tips om ook voor jezelf te zorgen. Nadien doen we een kleine wandeling met enkele veerkracht-oefeningen.

Aan het einde is er de mogelijkheid voor een babbeltje met koffie/thee en een lekker stukje taart.

