

UUR V(eerkracht), een blik op positieve gezondheid

Goed zorgen voor een ander begint met goed zorgen voor jezelf!

Wil je samen met andere mantelzorgers in gesprek over positieve gezondheid? Over de veerkracht van mensen en een betekenisvol leven leiden? Vind je het prettig om met elkaar van gedachten te wisselen en ervaringen te delen? Meld je dan aan voor UUR V!

Wat is UUR V(eerkracht)?

UUR V. De V staat voor Veerkracht, Verhaal, Verbinden, Vol, Veel en Vrijuit spreken. Maar voornamelijk voor veerkracht.

Praten met andere mantelzorgers over wat je bezighoudt maakt lichter, te weten dat je niet de enige bent. Herkenning en erkenning ervaren voor waar je samen doorheen gaat.



Iedere 2e woensdag van de maand is er een UUR V in Middelburg. Kom je ook ontdekken of dit iets voor jou is?

Praktische informatie

Kosten

Mantelzorgers uit de gemeenten Middelburg en Veere kunnen gratis deelnemen aan UUR V.

UUR V in Middelburg (ZB, Kousteensedijk 7)

Iedere 2e woensdag van de maand 13.30- 15.00 uur.

- Woensdag 11 februari 2026
- Woensdag 11 maart 2026
- Woensdag 8 april 2026
- Woensdag 13 mei 2026
- Woensdag 10 juni 2026
- Woensdag 8 juli 2026
- Woensdag 12 augustus 2026
- Woensdag 9 september 2026
- Woensdag oktober 2026
- Woensdag 11 november 2026
- Woensdag 9 december 2026

Aanmelden & info

Het maximum aantal deelnemers per bijeenkomst is acht, dus vooraf aanmelden per bijeenkomst is noodzakelijk.

Aanmelden kan via info@manteling.nu o.v.v. 'UUR V + de datum') of telefonisch via 0118 55 35 30.

