

Wandelen met Marcel



Bewegen, ontspannen en weten welke spieren er gebruikt kunnen worden is erg belangrijk voor mantelzorgers die het zorgen moeten volhouden. Marcel Duijvesteijn (sportman, Reiki- en Cranio-Sacraal Therapeut) geeft elke eerste dinsdag van de maand de mantelzorgers tips en bewegingsadviezen in de bossen van Seppe. Hier in deze prachtige omgeving beweegt Marcel op verantwoorde wijze samen met de mantelzorgers van 13.30 tot 14.30 uur achter het vliegveld. Loopt u ook mee? Laat het ons weten.

Marcel is ook aangesloten bij de mantelzorgpas.

<https://www.simply-balance.nl/>

Activiteiten:

Op de activiteitenkalender vindt u alle geplande activiteiten.

Heeft u hier vragen over, neem dan contact op met de consultants van het steunpunt.



Gemeente Rucphen waardeert haar mantelzorgers!

Dit door het verstrekken van de mantelzorgpas met een waarde van 75 euro die besteedt kan worden bij aangesloten lokale ondernemers. Deze mantelzorgwaardering is voor alle mantelzorgers (ook jonge mantelzorgers van 4 tot 24 jaar) die zorgen in de gemeente Rucphen. Meer informatie en het digitale aanvraagformulier kunt u vinden op onze website. <https://mantelzorgrucphen.nl/>

Steunpunt Mantelzorg
Gezondheidscentrum
Kozijnenhoek 80 te Rucphen

**inloop zonder afspraak op dinsdagmiddag
van 14.00 tot 16.30 uur.**

Wij zijn dagelijks bereikbaar :
T: 088 5574890
E: info@mantelzorgrucphen.nl
W. www.steunpuntmantelzorgrucphen.nl



Activiteiten agenda steunpunt Mantelzorg

juli	augustus	september	Info
<p>Wandelen Dinsdag 4 juli 13:30</p> <p>Oude bredasepostbaan Bosschenhoofd (achter de landingsbaan) Aanmelden voor 30 juni</p>	<p>vakantie</p>	<p>Wandelen Dinsdag 5 september</p> <p>Oude bredasepostbaan Bosschenhoofd (achter de landingsbaan) Aanmelden voor 30 augustus</p>	<p>Aanmelden voor een activiteit kan telefonisch of via de mail.</p> <p>Steunpunt mantelzorg Info@mantelzorgrucphen.nl 088-5574890</p>
<p>Koffie drinken Dinsdag 18 juli 14:00 - 15:00</p> <p>Steunpunt Schuitvaart Schuitvaart 39 te Rucphen Open inloop</p>	<p>koffie drinken Dinsdag 15 aug. 14:00 - 15:00</p> <p>Steunpunt Schuitvaart Schuitvaart 39 te Rucphen Open inloop</p>	<p>Koffie drinken Dinsdag 19 september 14:00 - 15:00</p> <p>Steunpunt Schuitvaart Schuitvaart 39 te Rucphen Open inloop</p>	
<p>zomeravond ontmoeting Woensdag 26 juli 19:00 - 20:00 uur</p> <p>Gerda hoeve, Het Dreefje 3, Schijf ontmoeting onder genot van een heerlijk ijsje aanmelden voor 19 juli</p>	<p>vakantie</p>	<p>na de vakantie koffietafel in de Trapkes Woensdag 6 september 12.00 tot 14.30 uur <i>(tevens afscheid Jacqueline)</i></p> <p>aanmelden tot 31 augustus</p>	
		<p>informatie avond Notaris</p> <p>21 september in de Trapkes aanmelden graag voor 14 september</p>	