



14
DECEMBER
19.30 uur
Huis van Houten

Cape&Care-café met als thema:

Hoe zorg je als mantelzorger voor je naaste zonder dat je aan jezelf voorbijgaat?

Cape&Care
CAFÉ

*Het Cape&Care-café vindt eens in de zes weken op
woensdag plaats en is voor mantelzorgers die zorgdragen
voor een naaste met een psychische aandoening.*

Cape&Care-café voor mantelzorgers van mensen met een psychische aandoening

DEELNAME
GRATIS

Datum: Woensdag 14 december 2022,
In 2023 op woensdag 25 januari, 8 maart,
19 april, 31 mei en 12 juli
Tijd: 19.30 uur tot 21.30 uur
Locatie: Huis van Houten, Onderdoor 160, Houten
Aanmelden: www.vanhoutenenco.nl/capecare-cafe



'Hoe zou ik vandaag mijn depressieve partner aantreffen als ik thuiskom?',
'Vijf gemiste oproepen van mijn zus met borderline. Wat zou er aan de hand zijn?',
'Help, een wachtlijst van drie maanden voor mijn zoon die lijdt aan psychoses,
hoe gaan we die tijd overbruggen?'.
Herken jij je als mantelzorger van iemand met een psychische kwetsbaarheid, in
vragen en gedachten zoals deze? Dan is het Cape&Care-café iets voor jou!

Volgende avond: woensdag 14 december

De volgende avond is op woensdag 14 december a.s. gepland. Thema is:
hoe zorg je als mantelzorger voor je naaste zonder dat je aan jezelf voorbijgaat?
Inloop is vanaf 19.30 uur, we starten om 19.45 uur. Locatie is Huis van Houten.
Houd de website in de gaten voor wie de gastspreker is en voor meer informatie:
www.vanhoutenenco.nl/capecare-cafe. Deelname aan deze avond is gratis.

Wat is het Cape&Care-café?

De naam Cape&Care is letterlijk vertaald vanuit het Engels: 'mantelzorg' en wordt georganiseerd door Steunpunt Mantelzorg Houten, onderdeel van 'van Houten&co'. Het Cape&Care-café vindt een jaar lang, elke zes weken op woensdag plaats en is specifiek voor mantelzorgers die zorgdragen voor een naaste met een psychische aandoening. Het doel is onderling contact met lotgenoten, delen en ontvangen van kennis en ervaring door bijvoorbeeld ervaringsdeskundigen of andere interessante sprekers. Elke avond heeft een ander thema. Deze thema's staan nog niet vast en je mag als deelnemer meedenken over de invulling.

Cape&Care
CAFÉ

**Steunpunt
Mantelzorg
Houten**

vanHouten&co
www.vanhoutenenco.nl