

# Trainingskalender - Sept./Okt. 2019

## Voor actieve bewoners en vrijwilligers

Doe jij vrijwilligerswerk in Amersfoort? Maak je vrijwilligerswerk nog leuker door extra kennis op te doen. De VrijwilligersAcademie Amersfoort is voor alle inwoners die vrijwilligerswerk doen en mantelzorgers die zich verder willen verdiepen in onderwerpen die ze in hun vrijwilligerswerk tegenkomen, deelname is gratis. Benieuwd wat er komende maand aangeboden wordt?

### Mantelzorg en dementie

Organisatie: Indebuurt033 en Welzin



### Toelichting

Vierdelige cursus voor mantelzorgers die zorgen voor zorgen voor naasten die een vorm van dementie hebben.  
U krijgt informatie over dementie en adviezen hoe u met dit ingrijpende proces om kunt gaan, herkennen van belasting bij uzelf, ondersteuningsmogelijkheden en uitwisselen van tips en ervaringen met andere mantelzorgers.

### Praktische info

woensdagmiddag 25 september, 2, 9 en 16 oktober 2019  
13.30 tot 15:30 uur

Drentsestraat 14 Amersfoort  
Gratis parkeren kan in de omgeving aan de Dollardstraat

Aanmelden: Heleen Vonk, mantelzorgcoördinator bij Indebuurt033 via [mantelzorgers@indebuurt033.nl](mailto:mantelzorgers@indebuurt033.nl) of bel naar 06-4255 5709

Meer info:  
VrijwilligersAcademie

### Grenzen Stellen

Organisatie: Indebuurt033  
Trainer: Vanessa Scholtens



### Toelichting

Het is belangrijk als vrijwilliger goed voor jezelf te zorgen. Een van de manieren om dat te doen is grenzen stellen. Zowel voor jezelf als naar anderen toe. Dat voorkomt dat je overvraagd wordt, zo kun je je vrijwilligerswerk nog lang en met plezier uitvoeren. Er is gelegenheid tot inbrengen van eigen voorbeelden en om te oefenen.

### Praktische info

Woensdag 25 september 2019  
19.00 tot 22 uur  
(Inloop 18.45-19.00)

De Witte Vlinder  
van Galenstraat 30  
Amersfoort

Aanmelden:  
[VA@indebuurt033.nl](mailto:VA@indebuurt033.nl)

Meer info:  
VrijwilligersAcademie

### Themabijeenkomst Mantelzorg "Liefde in tijden van ziekte en verlies"

Organisatie: Indebuurt033



### Toelichting

De bijeenkomst is bedoeld voor mensen die de zorg hebben voor een langdurig zieke naaste.  
Tijdens deze actieve themabijeenkomst hebben we het met elkaar over de valkuilen en uitdagingen die erbij komen kijken als je binnen je relatie met ziekte of verlies te maken krijgt.  
Als het mogelijk is, neem dan graag je partner mee

### Praktische info

Maandag 30 september  
19:30-21:30 uur  
(zaal open vanaf 19.00 uur)

Westkamer in de Fonteinkerk, Robert Kochstraat 4  
Amersfoort (wijk Leusderkwartier)

Aanmelden:  
Aanmelden: Heleen Vonk, mantelzorgcoördinator bij Indebuurt033 via [mantelzorgers@indebuurt033.nl](mailto:mantelzorgers@indebuurt033.nl) of bel naar 06-4255 5709

Meer info:  
VrijwilligersAcademie

### Omgaan met beperkingen en ziektebeelden GGZ, Niet aangeboren hersenletsel

Organisatie: Indebuurt033



### Toelichting

Komt u in uw vrijwilligerswerk wel eens gedrag tegen bij de ander waarvan u niet weet waar het vandaan komt of hoe u er mee om kan gaan? Dan is het fijn als u gedrag kan herkennen en begrijpen waar het vandaan komt.

Deze training geeft kennisoverdracht over ziektebeelden vanuit de psychiatrie en Niet aangeboren hersenletsel.

### Praktische info

Vrijdag 18 oktober 2019  
10.00 tot 16:00 uur

Drentsestraat 14 Amersfoort  
Gratis parkeren kan in de omgeving aan de Dollardstraat

Aanmelden:  
[VA@indebuurt033.nl](mailto:VA@indebuurt033.nl)

Meer info:  
VrijwilligersAcademie