

**Workshop
mantelzorgers**

yoga

voor

INLUZIO
SOCIALE
BASIS.

Uitnodiging

voor mantelzorgers
in de gemeente Venlo



13 april

of

11 mei

Online workshop yoga voor mantelzorgers

Deze workshop geeft mantelzorgers de kans om in een kleine groep kennis te maken met yoga.

Mantelzorg verlenen is een mooie maar pittige uitdaging. Om hierin een juiste balans te houden, kan het fijn zijn om af en toe even te ontspannen en meer zorg voor je lichaam te hebben. Yoga kan je hierbij helpen.

Deelname is via Lifesize videobellen;
Na aanmelding ontvang je een link en de handleiding van Lifesize.

Met hartelijke groet,

Team Mantelzorg Venlo

Ben je erbij?

Dinsdag 13 april

Tijd: 14.00-15.30 uur

Of

Dinsdag 11 mei

Tijd: 19.00-20.30 uur

Kosten: geen

Aanmelden: kan bij voorkeur via
ISBmantelzorgVenlo@inclusio.nl o.v.v.
"di 13 april / di 11 mei, yoga voor
mantelzorgers, je naam, adres,
geboortedatum en telefoonnummer".
Of bel naar: 06-20765521.

*Bij aanmelding voor deze bijeenkomst
registeren wij je gegevens in ons
mantelzorgbestand.*

Aanmelden voor 13 april kan tot 6 april.

Aanmelden voor 11 mei kan tot 4 mei.

Vol = vol.

**INLUZIO
SOCIALE
BASIS.**



Venlo Vitale Stad