

UITNODIGING INFOSESSIE

Samenwerking Gezinsbond Regio Dendermonde en



DE NIEUWE SANDWICH GENERATIE

dinsdag 12 MAART
2024 om 19u30

Parochiecentrum Mariakring
Onze-Lieve-Vrouwkerkplein 8
9200 Dendermonde

Infosessie: DE NIEUWE SANDWICHGENERATIE: zorg in balans?

Heb jij kinderen die nog rekenen op jouw hulp? Kleinkinderen waarop je past? (schoon)ouders, burens, vrienden die meer en meer beroep doen op jou? Voel jij je regelmatig geklemd tussen allerlei verwachtingen en noden die vanuit die omgeving op je afkomen? Op den duur voel je je crisismanager, oppas, klusjesman en verlies je jezelf én de relatie met de ander uit het oog.

Hoe ga jij om met deze verwachtingen, de tegenstrijdige gevoelens, je eigen behoeften en hoe maak je daarin bewuste keuzes? Tijdens deze infosessie kijken we hoe je de balans houdt tussen zorgen voor anderen en zorgen voor jezelf. Samen uit de spagaat komen.

Erna Claes, doctor in de psychologie en expert trainer, met meer dan 20 jaar praktijkervaring in diverse sectoren, zal dit toelichten aan de hand van concrete voorbeelden en tips.

Uw naam, adres en lidnummer bevestigen vóór 8 maart via mail, sms of What's App
gosa.regio.dendermonde@gmail.com of 0478/56 24 89

Leden Gezinsbond betalen 6 € (**niet-leden 10 €**) op rek.nr. **BE88 9730 9497 3441** met **Vermelding**: vorming 12/3, lidnummer (---/---/---) afdeling en aantal personen.

grootouders en senioren



Gezinsbond 