

WEBINAR VOOR MENSEN DIE ZORG COMBINEREN MET WERK

Leer signalen van overbelasting bij jezelf herkennen.

Ontdek wat voor jou zwaar is en waar je energie vandaan haalt.

Voel je gezien en gesteund, door trainers die jouw situatie begrijpen.

Krijg eenvoudige, snelle tips om de zorg beter te combineren met je werk.

Hoor hoe je een goed gesprek met je werkgever kunt voeren.

Krijg inzicht in wettelijke regelingen.

Na werk nog
zorgtaken?



www.elkwelzijn.nl

Na werk nog zorgtaken?

Wanneer

Maandag 13 april 2026
19.15 uur - online inloop
19.30-20.30 uur - webinar

Waar

Online via Microsoft
Teams. Je ontvangt een
week voor de webinar de
link in je mailbox.

Kosten

Deelname kost niets.

Contact/aanmelden

Jolanda Slobbe
Mantelzorg en respijtzorg
ElkWelzijn
06-41 61 18 21
jslobbe@elkwelzijn.nl

WEBINAR WERK EN MANTELZORG.

Zorg jij voor iemand die belangrijk voor je is ? Een ouder, partner, kind, buur of vriend? Veel mensen noemen zichzelf geen mantelzorger. Ze zeggen: "Ik zorg gewoon voor mijn moeder." Maar het is een flinke taak, zeker naast je werk. Daarom organiseert ElkWelzijn op maandag 13 april een korte online webinar voor iedereen die zorg en werk combineert.

Misschien herken je dit: je dag zit vol, je rent van afspraak naar afspraak en tijd voor jezelf schiet erbij in. Hulp zoeken voelt dan soms als nóg iets erbij. Deze webinar maakt het juist makkelijker: je hoeft niet te reizen, het kost weinig tijd en je kunt er meteen iets uit halen.

In één uur krijg je praktische tips, herkenning en handvatten voor een goed gesprek met je werkgever. Je volgt de webinar vanuit huis of vanaf je werkplek. Je bepaalt zelf hoeveel je deelt; alleen luisteren mag ook.

Meld je aan door een mail te sturen naar jslobbe@elkwelzijn.nl
Dan ontvang je de link waarmee je kunt deelnemen aan de webinar. Vanaf 19.15 uur kun je inloggen, de webinar zelf is van 19.30–20.30 uur.



Jolanda