

# Verbindend communiceren voor mantelzorgers



**Infosessie**

**24 april 2023**

**19 - 21 uur**

Administratief centrum  
Handelslei 167  
Zoersel

**INFOSESSIE VOOR MANTELZORGERS**

**ZOERSEL**

**samana**

samen met



# Verbindend communiceren: geweldig!

Als mantelzorger neem je veelal de regie in handen voor de zorg van je naaste. Heel wat mensen zijn betrokken bij die zorg: van de thuishulp en de verpleging, tot andere familieleden of vrienden. Die communicatie is niet altijd even gemakkelijk en kan leiden tot frustratie en onzekerheid.

Hoe kan je jouw boodschap helder en oprecht overbrengen, zonder jouw eigen gevoelens en behoeften te negeren? Tijdens deze infosessie maak je kennis met de basisprincipes van geweldloze/verbindende communicatie, geïnspireerd op het gedachtegoed van Marshall Rosenberg.

Via verbindende of geweldloze communicatie communiceer je helder, direct en op een ontwapende manier, met aandacht en respect voor jezelf en de ander. Vanuit deze aandacht en erkenning maak je écht contact, wat leidt tot meer begrip en betere samenwerking.

De verschillende stappen komen aan bod: het belang van waarneming, het erkennen geven aan gevoelens en behoeften van jezelf én de ander en het uiten van een verzoek.

## Van harte welkom op deze infosessie!

### Praktisch

Maandag 24 april 2023  
van 19 tot 21 uur

Administratief centrum  
Handelslei 167  
2980 Zoersel

Deelnamedprijs:  
gratis, mits inschrijving



### Schrijf je nu in!

Via onze website  
[www.samana.be/vorming](http://www.samana.be/vorming)  
Bel naar 03 221 95 70 of mail naar  
[inschrijvingen.antwerpen@samana.be](mailto:inschrijvingen.antwerpen@samana.be)