

't Trefpunt

Activiteiten voor ontmoeting, ondersteuning en ontspanning

In Bardo's Trefpunt ontmoeten wij u graag persoonlijk. U kunt er terecht voor een kop koffie en een goed gesprek over vergankelijkheid, dood maar vooral leven. We organiseren tal van activiteiten waar u vrijblijvend aan kunt deelnemen. Onze deur staat altijd open voor u en wie u mee wilt nemen. Wees welkom in Bardo. Kijk hieronder of er iets bijstaat wat u aanspreekt en loop bij ons binnen. Tot snel ziens.

Wekelijks inloopsprekkuur

Elke week kunt u terecht op onze inloepochtenden. Hier ontvangen onze casemanagers en vrijwilligers u voor een gesprek over vragen die leven of twijfels die mogelijk spelen. Naar wens bieden we u een ontspannende massage.



Elke donderdag van de week van 10.00 - 11.00 uur *gratis*

Mantelzorger

Even tijd voor uzelf nodig? Als mantelzorger kunt u steun of hulp gebruiken. Daarom organiseren we regelmatig bijeenkomsten voor mantelzorgers voor al uw vragen.

Maak een afspraak via tel. 020 - 333 47 00 of mail naar casemanager@bardothuis.nl



Samen lichter, ontmoeting met nabestaanden

Heeft u onlangs een dierbare verloren? Bezoek dan een avond bij ons waar u andere nabestaanden kunt ontmoeten. Om met elkaar te praten en te luisteren naar wat u beleeft.



Elke 3^e donderdag van de maand van 19.30 - 21.30 uur *gratis*

Rond de tafel bijeenkomsten

Tijdens deze bijeenkomsten gaan we in kleine groepjes dieper in op bepaalde onderwerpen die kunnen spelen (zoals afscheid nemen, hoop, verlies en rouw).

Wordt naar vraag gepland *gratis*



Muziek in Bardo

Elke maandagochtend luisteren we met elkaar naar muziek die u kiest. Muziek verbindt en nodigt uit tot genieten.



Elke maandag 10.00 - 12.00 uur *gratis*

Ontspanningssessie

Laat u verwennen door een wekelijkse professionele massage. Ook organiseren we verwendagen, mindfulness en klankbeleving naar vraag.

Elke donderdag massage van 10.00 - 11.00 uur *gratis*



Creatieve sessie

Tijdens deze sessie laat u uw gedachten de vrije loop in een waardevolle creatie zoals schilderijtjes, album amicorum of herinneringsdoosjes.

Elke woensdagmiddag van 14.00 - 16.00 uur *gratis*



Bardo

Vragen over ondersteuning thuis of activiteiten in 't Trefpunt?

Neemt u dan contact op met de Casemanager Ondersteuning Thuis via tel. 020-3334700 of e-mail casemanager@bardothuis.nl

www.hospicebardo.nl