

'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 over leven. We organiseren tal van activiteiten waar u en wie u meeneemt vrijblijvend aan kunt deelnemen.

Wees welkom in Bardo.

Wekelijks inloopspreekuur

Elke week kunt u terecht op onze inloopochtenden. Hier ontvangen onze case-managers en vrijwilligers u voor een gesprek over vragen die leven of twijfels die mogelijk spelen. Naar wens bieden we u een ontspannende hand- of voetmassage.



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

Twée keer per jaar starten we een rouwgroep voor de nabestaanden van Ondersteuning Thuis en hospice Bardo. De groep komt 6 x bij elkaar om met elkaar te praten over en te luisteren naar wat u beleeft na het verlies van een dierbare. De avonden worden geleid door een gespecialiseerd verpleegkundige en een vrijwilliger.



Aanmelden kan via: casemanager@hospicebardo.nl

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 genieten we met elkaar van muziek. Dat doen we aan de hand van een thema dat elke week wisselt. U bent van harte welkom om mee te genieten.



Elke maandag 10.00 - 12.00 uur *gratis*

Ontspanningssessie

Laat u verwennen door een hand- of voetmassage door een vrijwilliger in onze ontspanningsruimte. Ook organiseren we jaarlijks verwendagen.

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*



Vragen over ondersteuning thuis of activiteiten in 't Trefpunt?

Neemt u dan contact op via tel. 020-333 47 00 of
casemanager@bardothuis.nl
coördinatievrijwilligers@hospicebardo.nl

www.hospicebardo.nl