



'Maar wie zorgt er nou voor jou?'

'Je kiest er niet voor mantelzorg te worden. En vaak overvalt het je, er komt van alles op je af en voor je het weet groeien de zaken je boven het hoofd. Maar wie zorgt er nu eigenlijk voor jou? Graag wil ik je daarbij ondersteunen. Want soms is het heel fijn om even je verhaal met iemand te kunnen delen. Ook voor vragen of advies over je mantelzorgsituatie sta ik voor je klaar met een persoonlijk gesprek.'

Cecile is een ervaren maatschappelijk werker en mantelzorgadviseur. Een gesprek met haar aanvragen kan door te bellen naar 088-7878988 of te mailen naar events@lwpc.nl. Voor leden van Mantelkring zijn hier geen kosten aan verbonden.



Scan de QR-code voor meer informatie over Bakkie Aandacht!

Ontmoetingstocht

In de Week tegen Eenzaamheid houden we op woensdag **4 oktober** onze jaarlijkse Ontmoetingstocht. Dit jaar in het Haagse Bos met een bonte verzameling oud-Hollandse spellen. Na aanmelding ontvang je de exacte startlocatie.

Inspiratie voor mantelzorgers

In samenwerking met Haags Ontmoeten behandelen we leerzame thema's tijdens een ontspannen samenzijn met andere mantelzorgers: de Mantelzorg Inspiratie Sessies. Online: **16 oktober**. Op locatie: **18 november**.

High Tea

Mantelkring, Haags Ontmoeten en Sportief Plus slaan de handen ineen op de Dag van de Mantelzorg. Op **9 november** zetten we mantelzorgers in het zonnetje met een High Tea op een locatie van Haags Ontmoeten (Arya Samaj Nederland ASAN in Laak).



Bakkie Aandacht op tournee

Met ons Bakkie Aandacht zijn wij het hele jaar te vinden in Den Haag. Kijk waar je onze rijdende huiskamer of onze foodtruck kunt tegenkomen op www.mantelkring.nl/bakkieaandacht.



OKTOBER, NOVEMBER, DECEMBER 2023



Dag van de Mantelzorg

Gouwe Ouwe Muziek & Dansmiddag

Mediteren kun je leren

Wandelen in 8 stadsdelen

Mantelzorg Inspiratie Sessies

High Tea & Swingo

Bakkie Aandacht in de wijk

Mozaïeken

Concert bij Amare

Maak kennis met ons GRATIS* activiteitenprogramma

*Alleen voor weekendactiviteiten vragen we een kleine bijdrage.

We zijn er voor jou!
In elk stadsdeel in Den Haag

Bel ons op 088-7878988

OpenJeHart
VEREENIGT MENSEN

Toe aan nieuwe contacten? Bij OpenJeHart ontmoet je nieuwe mensen. Maak zelf een keuze uit de (gratis) activiteiten die jij leuk vindt.
www.openjehart.nu

Mantelkring
VEREENIGT MENSEN

Wie zorgt er voor de mensen die zorgen? Bij Mantelkring ontmoet je andere mantelzorgers tijdens ontspannen, creatieve en leuke uitjes.
www.mantelkring.nl



AGENDA

OKTOBER

Creatieve Salon Sleutelhangers Mozaïeken

CENTRUM

Donderdag 12 oktober
14.00 tot 16.00 uur
Schroeder Torenstraat

LOOSDUINEN

Maandag 16 oktober
10.30 tot 12.30 uur
Schroeder Loosduinsekade

ESCAMP

Maandag 16 oktober
14.00 tot 16.00 uur
Schroeder Kerketuinenweg



SCHEVENINGEN

Vrijdag 20 oktober
10.30 tot 12.30 uur
Schroeder Westduinweg

SEGBROEK

Vrijdag 20 oktober
14.00 tot 16.00 uur
Wijkcentrum De Regenvalk

HAAGSE HOUT

Maandag 23 oktober
15.00 tot 17.00 uur
Wijkcentrum Bezuidenhout

YPENBURG

Dinsdag 24 oktober
10.00 tot 12.00 uur
De Toevlucht

LAAK

Woensdag 25 oktober
10.00 tot 12.00 uur
Wijkcentrum Cromvlietplein

Ontmoetingstocht

Met oud-Hollands spellen-
parcours

Woensdag 4 oktober
13.00 tot 15.00 uur
Haagse Bos



Digitale Themabijeenkomst Mantelzorg Inspiratie bijeenkomst

Maandag 16 oktober
19.00 tot 20.30 uur

Weekendactiviteit Gouwe Ouwe Muziek en Dansmiddag

Zondag 29 oktober
14.00 tot 17.00 uur
Ockenburgh Active



NOVEMBER

Dag van de Mantel- zorg: High Tea

Met Swingo en optreden
Loes & Loes. Alleen voor
leden van Mantelkring.
Donderdag 9 november
14.00 tot 16.00 uur
ASAN in Laak



Themabijeenkomst Mediteren kun je leren

YPENBURG

Dinsdag 7 november
10.00 tot 12.00 uur
De Toevlucht

LOOSDUINEN

Woensdag 8 november
10.30 tot 12.30 uur
Cardia Woonzorgcentrum
Tabitha

CENTRUM

Woensdag 8 november
14.00 tot 16.00 uur
Buurthuis Mandelaplein

ESCAMP

Donderdag 16 november
10.30 tot 12.30 uur
Rode Kruis Zilverstraat

SCHEVENINGEN

Donderdag 16 november
14.00 tot 16.00 uur
Wijkcentrum Couveehuis

SEGBROEK

Woensdag 22 november
10.30 tot 12.30 uur
Wijkcentrum De Regenvalk

HAAGSE HOUT

Woensdag 22 november
14.00 tot 16.00 uur
Wijkcentrum Bezuidenhout

LAAK

Dinsdag 28 november
10.00 tot 12.00 uur
Wijkcentrum Cromvlietplein

Concert bij Amare Tom & Will - The King's Singers with Fretwork

Zaterdag 11 november
20.15 uur



Themabijeenkomst Mantelzorg inspiratie bijeenkomst

Zaterdag 18 november
14.00 tot 16.00 uur
Maison Gaspard de Coligny

DECEMBER

Weekendactiviteit Optreden Loes & Loes

Zondag 3 december
14.30 tot 16.30 uur
Theater Dakota

Kerstlunch

Woensdag 13 december
13.00 tot 15.00 uur
Wijkcentrum Mariahoeve

Kerstdiner

Vrijdag 15 december
17.00 tot 20.00 uur
Jasmine Palace



Elke week: wandelen

LOOSDUINEN

Vrijdag 10.30 tot 11.30 uur
Vertretpunt: Kasserie Ock

SEGBROEK

Dinsdag 10.30 tot 11.30 uur
Vertretpunt: Restaurant Pex

CENTRUM

Dinsdag 13.00 tot 14.00 uur
Vertretpunt: Restaurant Parkoers

ESCAMP

Woensdag: 10.00 tot 11.00 uur
Vertretpunt: Wijkcentrum Moerwijk
Vrijdag: 13.30 tot 14.30 uur
Vertretpunt: de Uithof

HAAGSE HOUT

Maandag 14.00 tot 15.00 uur
Vertretpunt: Wijkcentrum Bezuidenhout

LAAK

Donderdag 18.30 tot 19.30 uur
Vertretpunt: Voetbalclub HWV

YPENBURG

Woensdag 10.30 tot 11.30 uur
Vertretpunt: Wijkcentrum
Piet Vink

SCHEVENINGEN

Donderdag 13.30 tot 14.30 uur
Vertretpunt: Greens in the Park



Gratis deelname, maar aanmelden verplicht!

De uitnodigingen voor al onze activiteiten
toegestuurd krijgen? Meld je aan voor
gratis* deelname via 088-7878988 of
events@lwpc.nl. Let op: aanmelding vooraf
voor alle activiteiten is verplicht!

*Alleen voor de weekendactiviteiten, de
Kerstlunch en het Kerstdiner vragen we een
kleine bijdrage.