

Dagactiviteiten voor 60-plussers

Dagactiviteiten voor 60-plussers

Bent u zestig jaar of ouder en heeft u psychische- of geheugenklachten?

Dan kunt u deelnemen aan de dagactiviteiten van MET ggz. Tijdens de activiteiten maakt u kennis met anderen en onderneemt u interessante, uitdagende activiteiten, zoals gymmen, kaarten, een bezoek aan een museum, bloemschikken, schilderen of koken.

Wat is het?

De groepsactiviteiten hebben tot doel de psychische gezondheid te behouden en te bevorderen. Wij vinden het belangrijk dat iedereen zich op zijn gemak voelt. Daarom worden de activiteiten gehouden in een gezellige ontspannen sfeer en in een kleine groep.

Het programma is aangepast aan de doelgroep en hun levensfase. Dat betekent dat alles in een rustig tempo gaat, maar de activiteiten desalniettemin uitdagend en interessant zijn.

Voorbeelden van activiteiten:

- Zoals bewegen voor ouderen
- Geheugenfitness
- Samen lunchen
- Wandelen
- Creatieve activiteiten als schilderen
- Uitstapjes

Voor wie?

De groepsactiviteiten richten zich op ouderen die in behandeling zijn bij het Team Ouderen van MET ggz én op ouderen die een indicatie voor groepsbegeleiding hebben. Het gaat om mensen die ouder zijn dan 60 jaar en die last hebben van psychische- of geheugenklachten. Door deze klachten kan het deelnemen aan reguliere activiteiten lastig zijn.

Wanneer en waar?

De groepsactiviteiten vinden wekelijks plaats op de volgende dagen:

- Dinsdag van 10.00 tot 13.30 uur in Roermond
- Woensdag van 9.30 tot 13.30 uur in Heythuysen
- Donderdag van 13.00 tot 16.30 uur in Echt
- Vrijdag van 9.30 tot 13.30 uur in Heythuysen

Adressen

Roermond

’t Paradijs
Munsterstraat 61
6041 GA Roermond

Heythuysen

Verzorgingstehuis St. Charles,
onderdeel van Land van Horne
Op de Bos 2
6093 NC in Heythuysen

Echt

Groene Kruis-gebouw
Peijjerstraat 119
6101 GC Echt

Interesse?

Wilt u meer informatie over de mogelijkheden van de groepsactiviteiten of wilt u zich aanmelden? Neem dan contact op met Kitty Winkelmolen of Pascale Hamers-Tobben. U vindt de contactgegevens van MET ggz op de achterzijde van deze brochure.