



# THUIS

---

## activiteiten

### BEGELEIDING EN ACTIVITEITEN

Gewoon voor speciale hulpvragen

Heeft u behoefte aan ondersteuning in uw eigen woonomgeving? Wij bieden begeleiding bij het vergroten of behouden van zelfredzaamheid bij uw dagelijkse bezigheden. Zoals het leren omgaan met beperkingen, het vergroten van uw netwerk of hulp bij regelzaken.

#### **“ACTIVITEITEN EN BEGELEIDING MET INDIVIDUELE AANDACHT”**

Wij bieden ook activiteiten en trainingen bij u thuis. Bijvoorbeeld als u (tijdelijk) niet naar een dagcentrum kunt of wilt gaan. Daarnaast bieden wij dagactiviteiten aan in ons centrum “THUIS in de Wijk” in Zaandam.



## DIENSTENAANBOD

Begeleiding bij

- **mogelijkheden** ontdekken voor het omgaan met beperkingen;
- **zelfredzaamheid** vergroten of behouden;
- **vaardigheden** leren of behouden;
- **netwerk** opzetten en onderhouden;

Trainingen voor

- **cognitieve vaardigheden**, geheugentraining, levensverhaal, aandacht
- **sociaal-emotionele vaardigheden**, sociale contacten, weerbaarheid, seksualiteit, omgaan met stress
- **praktische vaardigheden**, geldzaken, reizen met openbaar vervoer
- **participatie**, deelnemen aan werk-of vrijetijdsprojecten

Activiteiten met

- **computer**, internet, skype, sociale media, fotografie, e-mail, muziek
- **muziek**, zingen, percussie, muziek luisteren
- **sport en spel**, fitness, darten, balspel, kegelen, biljart, spelletjes
- **creatief**, klussen, houtbewerken, glas-in-lood, mozaiek
- **uitjes**, cultureel of sportief, bijv. naar museum of strand

Activiteiten worden individueel en in groepjes aangeboden. Onze diensten kunnen worden gefinancierd via WMO, PGB of particulier.

## MEER WETEN?

Neem gerust contact op.

**Madelon Mulder**, sociaal pedagogisch hulpverlener

m 06 18 34 94 97

e [madelon@thuisactiviteiten.nl](mailto:madelon@thuisactiviteiten.nl)

i [www.thuisactiviteiten.nl](http://www.thuisactiviteiten.nl)

