

GRIP OP JE EIGEN LEVEN

Zorgzaam

's-Hertogenbosch e.o.



INSPIRATIESESSIE

WOENSDAG 18 NOVEMBER 2026

13.30 – 17.30 UUR

JEUGD EN JONGERENCENTRUM
ELZENBURG

LIDUINASTRAAT 12-C, VUGHT



**Rudi
Westendorp**

Wat betekent grip op je eigen leven voor jou? Welke ervaringen heb je zelf als inwoner, mantelzorger of vrijwilliger? En wat ervaren degenen die je helpen? Hoe zorgen we er samen voor dat mensen zo lang mogelijk prettig en zelfstandig kunnen blijven leven?

Tijdens deze inspiratiesessie gaan inwoners, mantelzorgers, vrijwilligers en professionals met elkaar in gesprek over een thema dat ons allemaal raakt: regie houden op je eigen leven.

We starten met een inspirerend verhaal van Rudi Westendorp, expert op het gebied van reablement, ofwel eigen regie. Reablement gaat uit van wat mensen zelf belangrijk vinden en nog wél kunnen. Niet overnemen wat iemand zelf kan doen, maar ondersteunen waar dat nodig is. Zo blijven mensen actief, betrokken en zoveel mogelijk zelf aan het stuur van hun leven.

PROGRAMMA

13.30-14.00 INLOOP MET KOFFIE EN THEE

14.00-15.30 ZELF AAN 'T STUUR: RUDI WESTENDORP

15.45-17.00 AAN DE SLAG IN GROEPEN

17.00-17.30 AFSLUITING MET DRANKJE EN SNACK

VAN HARTE WELKOM

Er is plaats voor 150 deelnemers, verdeeld over:

- 50 inwoners (ouderen, mensen met een beperking, jeugd en jongeren, mantelzorgers, betrokken inwoners, bijvoorbeeld zorgzame gemeenschappen)
- 50 uitvoerende professionals
- 50 toezichthouders / bestuurders / managers / projectleiders en beleidsadviseurs
- de verschillende wijken, dorpen en stad

Als je je aanmeldt, hoor je uiterlijk 2 november of je kunt komen. We streven namelijk naar een goede mix van deelnemers.

Vervoer naar locatie Elzenburg

OV: Bus 8 vanaf 's-Hertogenbosch Centraal naar Vught, halte Moleneindplein.

Auto: Er is voldoende gratis parkeergelegenheid bij de locatie.

Heb je hulp nodig om te komen? Laat het ons weten, we denken graag met je mee.

Meer informatie

Secretariaat Zorgzaam 's-Hertogenbosch e.o.
Tel: 06 11 91 01 80

Email: secretariaatzorgzaam@s-hertogenbosch.nl

Aanmelden kan tot 9 november

AANMELDEN



Fijn Leven
in de Bossche regio