



Lotgenotengroep mantelzorg

Bent u mantelzorger en wilt u graag in contact komen met andere mantelzorgers? Dan is de lotgenotengroep mogelijk iets voor u.

Mantelzorgers hebben de zorg voor een familielid, vriend of buur. Het kan prettig zijn om met elkaar ervaringen uit te wisselen omdat je er vaak alleen voor staat. Het scheelt als een ander je situatie herkent en je de erkenning krijgt die je nodig hebt om de situatie aan te kunnen.

De bedoeling is dat er meerdere lotgenotengroepen gaan ontstaan in Amsterdam Noord. De groepen bestaan uit een klein aantal deelnemers zodat er voldoende ruimte en aandacht is voor elkaar.

De eerste 3 bijeenkomsten is er begeleiding aanwezig. Daarna zal de groep zelfstandig verder gaan. Ook is het mogelijk dat u bij een reeds bestaande groep aansluit.

Mocht u belangstelling hebben dan kunt u contact opnemen met Stichting Doras tel. 020-435 45 55.

Vraag naar Anna van Amstel of Marthe de Gelder (als wij niet aanwezig zijn geef dan uw telefoon nummer door, dan bellen wij u terug).

Of stuur een e-mail naar mantelzorgondersteuning@doras.nl

doras

Voor iedereen in Amsterdam-Noord. Dus ook voor u!

