



Goed voor uzelf zorgen "Hoe? Zo!"

Leeft u samen met of zorgt u voor iemand met psychische of psychiatrische problemen?

Vindt u het moeilijk om aandacht te vragen voor wat dat met u doet of om zelf dingen te blijven ondernemen? Wilt u lotgenoten ontmoeten en contact met andere mensen die begrijpen waar u het over heeft?

Dan kunt u terecht bij de Inloop voor familie en andere mantelzorgers van mensen met psychische of psychiatrische problemen. Wij nodigen u daarvoor graag uit!

U kunt zo binnenlopen op onderstaande data en locaties

Woensdag 21 mei 2008, 10.00 – 11.30 uur Amsterdam Noord.
Buurthuis De Meeuw, Motorwal 300

Donderdag 5 juni 2008, 13.30 – 15.00 uur Amsterdam De Baarsjes
Buurtcentrum De Tagerijn, Balboastraat 18

Maandag 16 juni 2008, 19.00 – 20.30 uur Amsterdam Westerpark
Buurthuis de Waterval, Van Hallstraat 10.

Het kan gaan om uw ouder, partner, vriend of kind. Het maakt niet uit of er een diagnose is gesteld, of hij/zij in behandeling is, of u veel of weinig contact hebt.

Op deze inloopbijeenkomsten willen we u als familielid of mantelzorger een plek bieden om anderen op een ongedwongen manier te ontmoeten. Zomaar voor een kop koffie of thee, een gesprek en desgewenst voor informatie of advies.

U vindt er informatiemateriaal over de GGz, familieorganisaties, familievertrouwenspersoon, mogelijkheden voor individuele steun en ontspanning of voor steun via een cursus of gespreksgroep. Ook kunt u uw vragen of zaken waar u niet uitkomt bespreken met terzake kundige medewerkers van Labyrint~In Perspectief, Mentrum preventie en Markant.

U bent van harte welkom!

Deelname is gratis.

Meer informatie:

Mentrum preventie, instelling voor geestelijke gezondheidszorg Amsterdam

T 020 5905090 preventie@mentrum.nl

Markant, Steunpunt Mantelzorg voor Amsterdam en Diemen

T 020 8868800, info@markant.org

Labyrint~In Perspectief landelijk bureau, organisatie voor familie en directbetrokkenen van mensen met psychische of psychiatrische problemen,

T 030 2546803 secretariaat@labyrint-in-perspectief.nl