

## LOTGENOTENCONTACT VOOR NAASTEN

Woensdagavond 19.30 - 21.30 uur. Eigen bijdrage: € 2,50 per keer

9 en 23 oktober, 6 en 20 november, 4 en 18 december

**Thema: "Hoe bewaar ik mijn balans"**



Ontmoet lotgenoten in dezelfde positie als jij. In principe zes bijeenkomsten met een mogelijke uitloop. In deze bijeenkomsten delen mensen hun eigen verhaal over de ziekte van hun naaste en de problemen, die ze daarbij ervaren. Ernstige ziekte van je naaste doet ook wat met jezelf!

Wat kan onder meer aan bod komen en waarover kunnen we ervaringen uitwisselen:

- Waar loop je tegenaan?
- Zorg je voldoende voor jezelf?
- Wat doet je goed, wat houdt je overeind?
- Hoe reageert je omgeving op je verdriet en je bezorgdheid?

Deze en nog veel meer vragen en gevoelens rondom de ziekte van je naaste houden je misschien wel dagelijks bezig. Vaak helpt het voor de verwerking, als je je gevoelens en gedachten met andere lotgenoten kunt delen.

- Wanneer** Zes bijeenkomsten in het Marikenhuis, op de woensdagavond van 19.30 - 21.30 uur.  
Op 9 en 23 oktober, 6 en 20 november, 4 en 18 december
- Voor wie** Iedere volwassene die, op welke wijze dan ook, te maken heeft met ziekte van een naaste.
- Deelname:** Minimaal 5 personen, die liefst alle bijeenkomsten aanwezig zijn.
- Begeleiding:** Ellen Geschiere en Rob Hartman
- Aanmelding** Stuur een mail aan Rob Hartman ([r.hartman28@ziggo.nl](mailto:r.hartman28@ziggo.nl)) met vermelding 'Lotgenotencontact naasten'.  
Bellen kan ook: 06-24568033