

**Uitnodiging Lotgenotencontact**

Beste mensen,

Graag nodigen we jullie uit voor de eerste bijeenkomst van het Lotgenotencontact Midden-Brabant in dit jaar.

Deze bijeenkomst vindt plaats op:

**vrijdagochtend 1 maart 2024 van 10.00 tot 12.00.**

Vanaf 10 uur kun je binnenlopen voor kopje koffie/thee. Het programma start uiterlijk om 10.30 uur. Fijn als je op tijd komt.

Locatie is in het NAHuis, Generaal Smutslaan 206 (ingang Woonzorgcentrum Koningsvoorde, nr. 208) in Tilburg.

Het thema is **(On-)afhankelijkheid**

In basis zijn wij mensen het liefste zelfstandig en onafhankelijk van anderen. Of het nu gaat om boodschappen doen, mobiliteit of anderszins.

Als je NAH opgelopen hebt door een onverwachte ingrijpende gebeurtenis kan dat veranderen op tal van gebieden.

Wat doet dit met je? Durf je te vragen om hulp? Zowel in je omgeving als bij instanties. Naast praktisch hulp zou het ook kunnen zijn dat je mentaal hulp nodig hebt, maar durf je ook professionele hulp te vragen voor je mentale welzijn? Denk hierbij b.v. aan Professionals voor NAH, psycholoog, maatschappelijk werker enzovoort.

Wil je hierover meepraten, kom naar de bijeenkomst!  We gaan uit van een groep van maximaal 12 mensen, dus aanmelden is van belang.Geef daarbij ook aan als je samen met iemand wil komen. Je kunt je aanmelden bij annemiejacobs56@gmail.com

**Met vriendelijke groet,**

**Annemie, Marja, Claudia en Riny**