

**Zeg buur,
mag ik jou
wat vragen?**



Ieder mens heeft andere mensen nodig. Je wilt misschien eens met iemand praten, of iemand om advies vragen. Misschien zoek je iemand die je kan helpen met boodschappen doen. Of bij het zoeken van een baan. Of bij het aanvragen van huursubsidie.

Sommige mensen vragen hulp aan hun familie. Andere mensen vragen hulp aan hun vrienden. Maar wat als je geen familie of vrienden in de buurt hebt? Dan kun je jouw burens vragen om hulp. Wil je weten hoe? En wil je weten wie jouw buurtgenoten zijn? Kom dan naar de groep Zeg buur, mag ik jou wat vragen?

Wat is het?

Zeg buur, mag ik jou wat vragen? is een lotgenotengroep. Lotgenoten zijn mensen die dezelfde problemen hebben of die hetzelfde hebben meegemaakt.

Voor wie?

Zeg buur, mag ik jou wat vragen? is een lotgenotengroep voor mensen die sociaal of psychisch kwetsbaar zijn. Je kunt naar de groep komen:

- o als je in Middelburg woont;
- o als je 18 jaar bent of ouder;
- o als je sociale of psychische problemen hebt (gehad);
- o als je graag andere mensen wilt ontmoeten;
- o als je graag andere mensen wilt steunen en zelf gesteund wilt worden.

Wanneer en waar?

Elke eerste donderdagochtend van de maand, van 11.00 uur tot 12.30 uur bij Grand Café Willem, Oranjelaan 17 in Middelburg.

Hoe lang?

Je mag zelf bepalen hoe vaak je komt.

Waarom?

Het doel van Zeg buur, mag ik jou wat vragen? is dat je meer contact krijgt met andere mensen. En dat je je sterker en prettiger voelt. Bij Zeg buur, mag ik jou wat vragen? praat je met elkaar over dingen die je op dat moment belangrijk vindt. Bijvoorbeeld hoe ga je om met familie, hoe ga je om met instanties of wat doe je in de vakantie. Je luistert naar de ervaringen van andere mensen uit de groep. Ook leer je hoe je elkaar kunt helpen en hoe je jouw burens om hulp kunt vragen. Door andere mensen beter te leren kennen is het ook gemakkelijker om hulp te vragen of jouw hulp aan te bieden.

Wat kost het?

Zeg buur, mag ik jou wat vragen? is gratis.

Zijn er begeleiders?

Ja, iedere keer is er een medewerker van Emergis preventie aanwezig.

Wat is Emergis preventie?

Emergis preventie geeft hulp en steun bij psychische problemen. In trainingen en cursussen kun je zelf met jouw problemen aan de slag. Zo zorgt Emergis preventie dat problemen voorkomen worden of dat ze niet erger worden.

Meedoen?

Je kunt je aanmelden bij het secretariaat van Emergis preventie, 0113 26 71 43 of info@emergispreventie.nl

Privacy, dossiers en klachten

Emergis preventie hanteert een privacyreglement, een reglement dossiervorming en dossierbeheer, en een klachtenregeling. Voor meer informatie hierover kun je terecht bij het secretariaat van Emergis preventie.



Oostmolenweg 87-89, Kloetinge
Postbus 253, 4460 AR Goes
T 0113 26 71 43
info@emergispreventie.nl

www.vanindigonaaremergis.nl

www.facebook.com/emergispreventie