



Lotgenotengroep 'EL MIZEN' (de weegschaal) voor Nederlands-Marokkaanse familieleden van personen met psychiatrische ziekten

Wanneer: Eens in de twee weken op maandagmiddag
Tijd: 13 – 15 uur
Plaats: Huis van de wijk De Honingraat
Slotermeerlaan 103 (bij Plein '40-'45)
Doel: informatie, onderling contact en steun

U bent van harte welkom!
Er wordt Nederlands, Marokkaans-Arabisch en Berbers gesproken.

Lotgenotengroep El Mizen (de balans): mantelzorgers van psychiatrische patiënten

El Mizen is een Nederlands-Marokkaanse vrouwengroep. Ieder die een zoon, dochter, broer, zuster of ander familielid heeft met een psychiatrische aandoening is welkom bij de groep. Enkele mantelzorgers hebben vijf jaar geleden, na het volgen van een cursus bij GGZ inGeest, zelf het initiatief genomen tot deze lotgenotengroep.

De groep wordt ondersteund vanuit Prezens (onderdeel van GGZ inGeest) door een voorlichter van Marokkaanse herkomst en een vrijwilligster (voorheen werkzaam als preventiewerker bij GGZ inGeest).

Het doel van de bijeenkomsten is meer kennis en inzicht op te doen over de ziekte, hoe om te gaan met de psychiatrische patiënt, met de hulpverleners, en hoe het zelf vol te houden.

Er wordt voorlichting gegeven, deelnemers geven elkaar adviezen en vinden steun bij elkaar.

Deelnemers over de bijeenkomsten:

*'in onze groep is er geen schaamte meer, we durven bijna alles te zeggen'
'de ziekte van mijn zoon is heel erg moeilijk voor de hele familie, en het gaat nooit echt over, maar ik leer er steeds beter mee omgaan'
'ik voel dat ik sterker ben geworden door alles wat ik gehoord en geleerd heb in de groep'*

Heeft u zelf iemand met psychiatrische problemen in de familie dan bent u van harte welkom op de bijeenkomsten in de Honingraat! Ook vrouwen die moeite hebben met de Nederlandse taal zijn welkom.

Wilt u eerst meer informatie dan kunt u bellen of een afspraak maken voor een gesprek met:

Said Haouam tel: 06 104 84 053

Marileen van Spijk tel: 06 479 66 428