

## Verschillende NAH eettafels in 2022/2023

Als mantelzorger voor je partner, familielid of beste buur sta je altijd klaar. Dit kan om verschillende redenen zijn, je houdt van degene die jouw zorg nodig heeft of je voelt je verantwoordelijk voor diegene omdat je betrokken bent bij alles wat er in iemands leven gebeurt of kan gebeuren. Door de jaren heen komen er steeds meer taken bij waarvan je je niet altijd bewust bent. De gemeente en anderen binnen het netwerk vinden het natuurlijk fijn dat je dit allemaal voor hen doet. Maar er is echter ook een keerzijde. Je kunt jezelf namelijk als mantelzorg zijnde aardig voorbij lopen.

Als organisator en verantwoordelijke voor de Eetkamers van SOOZ voor mensen met een niet aangeboren hersenletsel kunt u uw zorgtaken voor een paar uurtjes loslaten. U kunt even bijpraten met een vriend of vriendin en heeft uw handen vrij van 17.00 tot 20.00 uur.

Voor degene waar u voor zorgt staat een warme maaltijd klaar en is er gezelligheid met anderen binnen de Eetkamer. U bent van harte welkom om gezellig aan te schuiven.

De eettafels zijn op:

Maandag 16.30 - 19.30

Huis van de Wijk 'Het Anker'.

Jacques Veltmanstraat 427

1065 DC Amsterdam

Woensdag 16.30 – 19.30

De Archipel

Makassarplein 1

1095 RP Amsterdam

Donderdag 16.30 - 19.30

Buurtkamer Baarshaven

Baarsstraat 31

1075 RV Amsterdam

Aanmelden voor een van onze eettafel kan bij : [a.muschner@soozamsterdam.nl](mailto:a.muschner@soozamsterdam.nl)