



Koffie en een goed gesprek



Koffie en een goed gesprek

“Het is heerlijk om even je hart te kunnen luchten en te luisteren naar de verhalen van anderen. Ik ben echt blij dat ik me heb aangemeld.” - Mientje (81)

Soms loopt u in uw eentje te piekeren over van alles en nog wat. Voor veel migrantenouderen is het dan fijn om met lotgenoten van gedachten te wisselen. Dat kan bij de UP!-groeps gesprekken bij Wijkcentrum Kayu Putih.

Met behulp van open vragen, ingebracht door een getrainde gespreksleider, hebben we het over onderwerpen die ertoe doen als je ouder wordt. Centraal staan thema's die niet zo vaak aan de orde komen, zoals spijt of familie.

Het zijn geen 'zwarte' gesprekken, we hebben het er gewoon eens over. Een luisterend oor aan tafel kan herkenning, inspiratie en steun bieden. Dus kom gerust eens langs. Er is koffie en iets lekkers. Er zijn geen kosten aan verbonden.

U kunt aanschuiven bij deze groeps gesprekken:

Donderdag 6 oktober, 10.30 - 12.00 uur

Thema: Erbij horen

Donderdag 20 oktober, 10.30 - 12.00 uur

Thema: Wensen en dromen

Donderdag 3 november, 10.30 - 12.00 uur

Thema: Heimwee

Wijkcentrum Kayu Putih
Dennenlaan 3
2404 BX Alphen aan den Rijn

Meer informatie en aanmelden:

Micaela Tjong
06 - 29 19 77 47
michaelatjong@gmail.com

Spontaan langskomen mag ook!

UP! biedt een nieuwe kijk op ouder worden in Nederland.
Kijk voor meer informatie op www.upinederland.nl