

Hoe ben jij de
afgelopen dagen
doorgekomen?

de kap

MANTELZORGERS EN VRIJWILLIGERS

Stichting de Kap 055 529 55 20
Regentesselaan 2^b info@dekap.nl
7316 AC Apeldoorn www.dekap.nl



JE PARTNER VERLOREN

Als je nog niet zo lang geleden je partner verloren hebt kun je behoefte hebben aan ondersteuning van iemand die hetzelfde heeft meegemaakt als jij. Bezoekvrijwilligers van de Kap zijn ervaringsdeskundig en getraind. Met hun kennis en ervaring kunnen zij een goede steun voor jou zijn. Samen kijk je naar wat jou kan helpen en probeer je te ontdekken wat je weer kracht geeft.

WAT KAN HELPEN

Luisteren! Iemand die er is met onverdeelde aandacht. Niemand kan de pijn van het verlies voor je wegnemen. Wel kun je door je gevoelens en gedachten te delen beter omgaan met je verwarrende emoties, reacties uit de omgeving en moeilijke dagen. Persoonlijke aandacht geeft ruimte om te rouwen, biedt troost en maakt je sterker.

WERKWIJZE

Na het eerste contact maken we een afspraak voor een kennismakingsgesprek. Daarna bezoekt een vaste vrijwilliger je regelmatig om een luisterend oor te bieden. Eenmaal op weg zal de begeleiding naar behoefte worden aangepast en uiteindelijk met aandacht worden afgesloten.

met elkaar, voor elkaar

De Kap biedt vrijwillige praktische en sociale ondersteuning in de thuissituatie voor inwoners van de gemeente Apeldoorn. Als Stedelijk Knooppunt Mantelzorg ondersteunt zij mantelzorgers en deelt kennis en expertise met instellingen en organisaties.