# psycafenoordlogoPSYCAFÉ AMSTERDAM NOORD

**tips voor jouw feestdagen**

**Donderdag 10 december, 18u-20.45u.**

Iedereen die op enigerlei wijze geïnteresseerd is in, of betrokken bij de psychiatrie is van harte welkom. De toegang is vrij.

Alweer het laatste PSYCAFÉ van dit jaar. Met de feestdagen voor de boeg hebben we in deze periode van het jaar extra behoefte aan warmte, gezelligheid en ontmoeting. Hoe feestelijk worden de feestdagen, soms is het zoeken naar een positieve invulling, en kan je er tegen op zien. Hoe kijk jij er tegenaan, en breng je ze door?

Onder het genot van dit keer een smakelijk en feestelijk 3-gangen diner gaan we gezellig tafelen,en wisselen we onze plannen en tips voor de feestdagen met elkaar uit. We hebben leuke, goedkope en praktische tips voor de feestdagen. Waar kan je naar toe, wat is er open en wat is het programma op deze dagen.

Maar er is ook ruimte voor het uitwisselen van jouw persoonlijke ervaringen.

Alle vragen kunnen gesteld worden en misschien heb je tips voor anderen?

Welkom vanaf 17.30u, het diner begint rond 18.30u.

**Plaats:**

Clubhuis Wingerdweg

Wingerdweg 4, Cordaan

1031 CA Amsterdam

Reserveren voor het diner vooraf is **noodzakelijk**:bij Ellina van der Boon van de Regenboog, via informelezorg@deregenboog.org of via 020- 6839260.

Of aan de balie bij clubhuis Wingerdweg van Cordaan (020 4949616).

Koffie en thee, koekjes en hapjes gratis

Maaltijd €3,00 Sapjes/ fris € 0,50 Bier/wijn € 1,00.

Organisatie: Marijn Rümke (Mentrum), Patrick Hiwat en Anneke Berger (Cordaan) Ellina van der Boon (Regenboog groep).

PsyCafé Noord is op de Wingerdweg 4 elke tweede donderdag van de maand en wordt mede mogelijk gemaakt door stadsdeel Amsterdam-Noord

