

RIBW
OVERIJSEL

WORDEN WIE JE BENT

RIBW OVERIJSEL

Dr. Klinkertweg 2
8025 BS Zwolle
088 - 825 00 10
info@ribwoverijssel.nl
www.ribwoverijssel.nl



In een
Doe Mee groep
ben je er
voor elkaar

Lijkt het je leuk om af en toe wat te gaan doen met anderen? Kun je soms wel eens een beetje hulp gebruiken? Kom dan naar de Doe Mee groep! Zelf kun jij ook iets betekenen voor een ander, want iedereen is wel ergens goed in. Jij helpt mensen met zaken waar jij goed in bent. En anderen helpen jou met dingen waar je minder goed in bent. In een Doe Mee groep ben je er voor elkaar.

RIBW
OVERIJSEL



Wat is een Doe Mee groep?

Een Doe Mee groep is een groep van 6 tot 10 mensen die bij elkaar in de buurt wonen. Een Doe Mee groep brengt jullie met elkaar in contact. Zo weet je elkaar te vinden en kunnen jullie iets voor elkaar betekenen.

Wekelijks ontmoeten jullie elkaar in de buurt en maken jullie afspraken om bijvoorbeeld samen gezellige dingen te doen of om elkaar te helpen bij praktische zaken. Je leert elkaar kennen en samen ga je onderzoeken of jullie ook iets kunnen betekenen voor de wijk waarin je woont.

Doe meer samen

Meedoen aan een Doe Mee groep betekent dat je in een groep iets voor elkaar gaat betekenen. Dat houdt voor iedereen weer wat anders in. Kunnen praten met iemand, samen naar de tandarts gaan, boodschappen doen, een mooie natuurwandeling maken, af en toe samen koken.

Het zit 'm soms in de kleine dingen waardoor je al heel veel voor iemand kan betekenen. Heb je een vraag of een probleem? Dan weet iemand in de Doe Mee groep misschien het antwoord wel. Samen kun je meer dan alleen. Dat betekent ook dat je elkaar kunt ondersteunen om een stap in de wijk te zetten. Samen ben je sterker.

Een Coach doet mee

Aan de Doe Mee groep is een coach verbonden. De coach ondersteunt het groepsproces. Hij of zij maakt jullie bekend met de buurt. Zo kom je in contact met de mensen om je heen en bouw je een eigen netwerk op. Ook staat hij of zij voor je klaar als je meer professionele ondersteuning nodig hebt.

Meedoen?

Wil je weten of er bij jou in de buurt een Doe Mee groep is en zou je mee willen doen? Je kunt je (met of zonder indicatie) aanmelden bij de RIBW en samen kijken we hoe je kunt deelnemen aan de Doe Mee groep.



Wil je meedoen, stuur dan een e-mail naar **doemee@ribwoverijssel.nl**. Een Doe Mee coach uit jouw woonplaats neemt contact met je op.