

# STEFEN



## Naasten voor naasten

### Wil jij ondersteuning van een Ervaringsdeskundige Naaste?

Familieleden, vrienden, mantelzorgers van mensen met een psychische kwetsbaarheid hebben vaak zorgen om hun naaste. Dit kan intensief zijn. Anderen begrijpen soms niet hoeveel invloed de ziekte van een naaste kan hebben. Het is dan fijn om een luisterend oor, steun of tips te ontvangen van iemand die een vergelijkbare ervaring heeft.

In het project Naasten voor naasten zetten familieleden, vrienden, mantelzorgers van mensen met een psychische kwetsbaarheid hun eigen ervaring in om andere naasten te ondersteunen.

### Een Ervaringsdeskundige Naaste is iemand

- Die naast je staat.
- Een luisterend oor biedt.
- Eigen ervaring, kennis en vaardigheden inzet om jou te steunen.

Ben je naaste van iemand met een psychische kwetsbaarheid en wil je steun van een Ervaringsdeskundige Naaste ontvangen? Neem dan contact op. We starten met een kennismakingsgesprek. Op basis van je behoeften, wensen en mogelijkheden zoeken we een Ervaringsdeskundige Naaste die bij jou past. Als er na de kennismaking met de Ervaringsdeskundige Naaste een klik is, maken jullie samen onderling afspraken over de bezoeken. Zowel jij als de Ervaringsdeskundige Naaste kunnen terugvallen op de coördinator bij vragen of problemen.

### Wil je meer informatie of je aanmelden?

Neem dan contact op met:

Astrid van Bruggen, projectcoördinator Naasten voor naasten,  
06 - 48 41 94 34, [avanbruggen@kernkracht.nl](mailto:avanbruggen@kernkracht.nl)