

# NAASTEN VOR NAASTEN STEFEN S



## Naasten voor naasten

### Wil jij Ervaringsdeskundige Naaste worden?

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. Heb jij dat als naaste ook gemist? 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.

### Wil je zelf als naaste je ervaring inzetten en andere naasten ondersteunen?

Neem dan deel aan de training tot Ervaringsdeskundige Naaste.

- Ben je een naaste (familieid, vriend, mantelzorger) van iemand met een psychische kwetsbaarheid (GGZ problematiek, verslaving of dak- of thuisloze)?
- Woon je in de regio Midden-Holland? (Bodegraven-Reeuwijk, Krimpenerwaard, Gouda, Waddinxveen, Zuidplas)
- Is de zorg om je naaste 'stabiel' zodat je ruimte hebt om anderen te steunen?
- Wil je je eigen ervaring inzetten om andere naasten te ondersteunen?
- Kun je reflecteren op je eigen rol, ervaring, situatie?
- Wil je deel uit gaan maken van een team Ervaringsdeskundige Naasten?

Meld je dan aan voor de training (8 bijeenkomsten) tot Ervaringsdeskundige Naaste. Hierin leer je hoe je jouw ervaringen als naaste functioneel in kunt zetten. Na de training kun je aan de slag als Ervaringsdeskundige Naaste bij KernKracht. Bij de koppeling aan een deelnemer / naaste wordt rekening gehouden met jouw wensen, voorkeuren en mogelijkheden. Dit vrijwilligerswerk levert je voldoening en plezier. Je ontvangt begeleiding van de coördinator en een vrijwilligersvergoeding.

### 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)