

# Krachtgroep Naasten

Heb je de zorg voor een partner, kind, ouder, broer, zus, opa, oma, vriend(in) of andere naaste met een psychische kwetsbaarheid, verslaving of dak- of thuisloosheid?

Dan kan het fijn zijn om samen te komen met andere naasten. Om met elkaar te praten, te horen hoe anderen problemen het hoofd bieden en je eigen zorgen en oplossingen te delen.



*Naast elkaar*

## Start bij voldoende aanmeldingen

één keer per twee weken  
van 15.00-17.00 uur

### **LOCATIE:**

KernKracht, Tielweg 3 in Gouda

Vanuit een gedeelde ervaring en positieve insteek van de Krachtgroep Naasten kun je steun, herkenning, erkenning, begrip en verlichting ervaren én geven.

### **Heb je hier behoefte aan? Doe dan mee!**

Een krachtgroep is een zelfhulpgroep en bestaat uit 6 tot 10 naasten van mensen met een (psychische) kwetsbaarheid. De krachtgroep wordt begeleid door opgeleide ervaringsdeskundige naasten van KernKracht. Voorafgaand is een kennismakingsgesprek.

### **Wil jij je aanmelden of meer informatie?**

Neem dan contact op met Astrid van Bruggen, 06-4841 9434 of stuur een mail naar [avanbruggen@kernkracht.nl](mailto:avanbruggen@kernkracht.nl)

**Belangenorganisatie ter bevordering van psychische, sociale en maatschappelijke gezondheid.**  
[www.kernkracht.nl](http://www.kernkracht.nl)