

# EN HOE GAAT HET NU MET Ú?

*Steun van de familie-ervaringsdeskundige*

Uw partner, kind, familielid of andere voor u belangrijke persoon is opgenomen. Psychische klachten hebben veel impact op de cliënt, maar ook op familie en andere naasten. De opname van uw naaste kan ook voor u een (kleine) adempauze zijn. U kunt nu nadenken over wat dit allemaal met ú doet. En bekijken hoe het met uw eigen energie staat. En misschien maakt u zich zorgen en wilt u uw verhaal vertellen aan iemand die weet en begrijpt wat u meemaakt.

U kunt dan met de familie-ervaringsdeskundige praten. U kunt ook advies vragen over praktische zaken. Dat u betrokken bent, kan bijdragen aan het herstel van uw dierbare. Veel mensen die zijn opgenomen vinden het fijn om te horen dat er ook aandacht is voor de mensen om hen heen.

## WAT KAN DE FAMILIE-ERVARINGSDESKUNDIGE VOOR U DOEN?

- Goed naar u luisteren
- Tips geven hoe u zich staande kunt houden en in balans kunt blijven
- U in contact brengen met andere familie en naasten
- Inzicht geven in het herstelproces van uw dierbare



**BEKIJK DE VIDEO WAARIN MARJA  
UITLEGT WAAROM U ZO BELANGRIJK  
BENT IN DE BEHANDELING!**



Marja Hasert heeft zelf een psychisch kwetsbare moeder en broer. Marja is ruim 10 jaar actief geweest voor een naastenorganisatie en heeft daar veel met groepen gewerkt en persoonlijke gesprekken gevoerd met ervaringsgenoten.

## MEER WETEN?

Marja Hasert  
06-169 982 04  
m.hasert@ggz-nhn.nl

Woensdag 13.00-17.00 uur  
Donderdag 09.00-17.00 uur  
Vrijdag 09.00-17.00 uur

U kunt altijd een e-mail of een appje sturen. Soms kan een antwoord even op zich laten wachten. Maar u krijgt altijd antwoord!