

BONDGENOTEN CONTACT PSYCHISCHE PROBLEMEN IN DE FAMILIE

**Datum:**

16 september 2025

Tijdstip:

9.30 – 11.30 uur

Locatie:

MVT Arnhem, Slochterenweg 40, Arnhem

Voor familie en naasten bij psychische kwetsbaarheid

Sta jij klaar voor een familielid, vriend of kennis met psychische problemen? Heeft iemand in jouw directe omgeving bijvoorbeeld een depressie, autisme, psychose, ADHD, een eetstoornis of een verslaving? Dan ben jij als mantelzorger heel belangrijk. Maar het kan voor jou best zwaar zijn. Veel mantelzorgers van mensen met een psychische kwetsbaarheid hebben te maken met onbegrip en voelen zich soms alleen staan. Terwijl zij vaak dezelfde vragen en twijfels hebben. Denk aan: Hoe voorkom ik dat ik het probleem ga oplossen? Hoe kan ik mijn grenzen aangeven? Hoe kan ik los laten en anders vasthouden?

MVT Arnhem organiseert voor hen diverse bijeenkomsten (ook wel MIND bijeenkomst genoemd). Hierdoor kun je je als mantelzorger meer begrepen en vooral krachtiger gaan voelen.

Op 16 september is het onderwerp 'Herkennen van een depressie' i.s.m. Miranda Meijer, werkzaam bij Propersona. Daarnaast staat het delen van ervaringen en tips centraal.

Quote deelnemer:

'Het erkennen en herkennen van elkaars verhalen geeft zoveel steun. Dit is precies wat ik nodig had'.

Meer info en aanmelden:

www.mvtarnhem.nl/activiteitenkalender/mind-bijeenkomst

Of bel naar MVT Arnhem op 026 – 370 35 40 of mail naar info@mvtarnhem.nl

Het minimaal aantal deelnemers is 4 en maximaal 8 personen zodat er voor iedereen ruimte is om te delen en te reageren.