



Corona en mentale gezondheid

Wat kunnen wij voor jou betekenen?

We kunnen ons voorstellen dat de huidige corona virus invloed heeft op je dagelijks leven als ook dat van je naaste met psychische- en/ of verslavingsproblemen.

We ervaren allemaal veranderingen op het gebied van sociale contacten, dagelijkse activiteiten en werk. Je kunt hierdoor eenzaamheid, onrust, spanning, sombere gevoelens en/ of angst ervaren.

Heb je vragen of behoefte aan een gesprek?

Neem contact met ons op voor een telefonisch adviesgesprek:

Secretariaat Preventie:

T: 020 590 1330 bereikbaar maandag t/m vrijdag 09:00-17:00 uur

E: preventie@arkin.nl

App of sms naar onderstaande nummers dan word je teruggebeld:

T: **06-15822594** voor ondersteuning van familie en naasten & bij rouw

T: **06-11917101** voor ondersteuning rondom stress, somberheid en angst

Bereikbaar maandag t/m donderdag 09:00-17:00 uur

De gesprekken kunnen gevoerd worden in het Nederlands, Engels, Turks en Marokkaans/Arabisch.

Meld je aan op www.mijnihelp.nl voor online zelfhulp met of zonder begeleiding

Kijk op de volgende link voor de update van ons preventie aanbod:

<https://arkinbasisggz.nl/preventie-arkin-basisggz/>