Mentale Agenda.nl

Zelf aan de slag met je mentale gezondheid?

Vind activiteiten en tips
in en om Den Haag

Den Haag

Kompassie
Steunpunt
Mentale Gezondheid

MentaleAgenda.nl

Wat is de Mentale Agenda?

Iedereen heeft weleens een periode waarin het even wat minder gaat. Vaak kom je daar zelf weer uit. Soms heb je daar hulp bij nodig. Dit kan professionele hulp zijn, maar je kunt ook zelf aan de slag met je mentale gezondheid.

Op www.mentaleagenda.nl vind je manieren die je verder helpen om je mentale gezondheid te versterken: een overzicht van activiteiten en evenementen in Den Haag en kijk-, lees- en luistertips.

Voor wie?

De Mentale Agenda is voor iedereen die meer wil weten over mentale gezondheid en zelf aan de slag wil gaan. Bijvoorbeeld:

- Je wil werken aan je mentale veerkracht
- Je wil je beter voelen en weten wat je kunt doen
- Je zoekt informatie over een bepaald onderwerp
- Je hebt een naaste met psychische problemen
- Je zoekt contact met lotgenoten
- Je bent professional en zoekt aanbod voor je cliënt
- Of je staat op de wachtlijst voor GGZ-hulp

In al deze gevallen helpt de Mentale Agenda je vooruit. Met het aanbod kun je zelfstandig of in een groep aan de slag.

Direct naar de Mentale Agenda?

Ga naar:

Volg ons ook op social media:

Kompassie
Steunpunt Mentale Gezondheid

Tel. 070 - 4273240
info@kompassie.nl
www.kompassie.nl