

Draag je zorg voor iemand en heb je nood aan een gesprek?

Woon je in Antwerpen en zorg je vaak voor een vriend, kennis of familielid omwille van ziekte, ouderdom, handicap of een psychische kwetsbaarheid?

Dan ben je een mantelzorger!

Wordt het je soms even te veel?

Weet dat het belangrijk is om ook voor jezelf te zorgen en je grenzen te bewaren.

Je staat er niet alléén voor!

Stad Antwerpen ondersteunt je in deze extra moeilijke tijden met gratis online psychologische ondersteuning via het digitaal platform BloomUp.

Draai vlug om en lees hoe het werkt.

BLOOMUP



Hoe werkt het?

Met BloomUp start je vanuit je comfortzone gratis online psychologische ondersteuning, waar en wanneer je dat wilt.



Beantwoord een aantal vragen omtrent je voorkeuren.



Kies uit 3 aanbevolen erkende online psychologen en maak vrijblijvend kennis.



Klikt het?

Maak gebruik van 3 gratis gesprekken om jouw mentale veerkracht te verhogen.



Scan of ga naar
talk.bloomup.org/mantelzorgantwerpen