

# Wachtkrachtiger

Wachten doe je niet alleen, dat doe je samen



## Sta je op de wachtlijst voor behandeling in de ggz?

Als je de stap hebt gezet om hulp te zoeken in de geestelijke gezondheidszorg (ggz), is het vervelend om te horen dat er een wachtlijst is. Toch kun je deze wachttijd zinvol benutten. De bondgenotengroep Wachtkrachtiger helpt je daarbij: samen overbruggen we de tijd tot jouw behandeling start.

## Samen sta je sterker

Voel je je alleen staan? Wil je meer doen dan wachten? Dan is Wachtkrachtiger echt wat voor jou! In een kleine groep geven we handvaten hoe je jouw wachttijd goed kunt besteden. Onder leiding van ervaringsdeskundigen en professionals, én samen met bondgenoten. Mensen die jouw situatie begrijpen.

## Je bent welkom!

Wil je in contact komen met bondgenoten? Meld je dan aan via het e-mailadres [wervzwolle@wervdg.nl](mailto:wervzwolle@wervdg.nl) of via je contactpersoon bij Wachtkracht.

## Wat doe je bij Wachtkrachtiger?

- Je hart luchten
- Inspiratie opdoen
- Samen kijken naar oplossingen
- Leren wat er nú mogelijk is
- Ontspannen
- In beweging komen
- Plezier maken

“Wachtkracht heeft veel voor mij betekend. Toen ik mij aanmeldde hoefde het leven voor mij niet meer zo, dat gevoel is verdwenen. Het gaf mij houvast.”

<b>Aantal bijkomsten:</b>	9 (1 keer per week)
<b>Duur:</b>	2,5 uur (inclusief pauze)
<b>Groepsgrootte:</b>	maximaal 10 personen
<b>Waar:</b>	op een locatie van Dimence
<b>Wanneer:</b>	kijk voor startdatum op <a href="http://www.wervdg.nl">www.wervdg.nl</a> bij Wachtkracht (we starten regelmatig nieuwe groepen)

