



## De Naastelij-n-een luisterend oor voor jou

**Maak jij je zorgen om een naaste met psychische klachten?**

**Voel je je (emotioneel) te zwaar belast?**

De Naastelij-n is er speciaal voor jou. Onze vrijwilligers, zelf ook naasten, luisteren zonder oordeel naar jouw verhaal.

**Bel: 0900 2546674**

***€0,10 per minuut, max. €10***

Scan de QR-code of check onze website voor onze bereikbaarheid.



# Wat kun je verwachten?

Wanneer je belt, krijg je een ervaringsdeskundige aan de lijn die ook naaste is.

Je kunt je verhaal delen, vragen stellen of gewoon even stoom afblazen. Alles is anoniem en vertrouwelijk.

# Waarom bellen helpt?

Het lukt op om even te praten met iemand die snapt waar het over gaat.

Onze vrijwilligers weten zelf hoe het is om te leven met een psychisch kwetsbare naaste.

Je staat er niet alleen voor.

**“Eindelijk iemand die mijn verhaal echt begrijpt. Dat had ik zó nodig”  
— een beller**

**Bekijk [www.naastencentraal.nl](http://www.naastencentraal.nl) voor meer informatie**