

# Naasten Centraal Young

Voor en door jongvolwassen naasten

Jouw naaste worstelt met een psychische kwetsbaarheid of een verslaving. Maar hoe gaat het nu met jou?

De Naasten Centraal Young community is er voor iedereen tussen de 18 en 35 jaar die een ouder, broer/zus, partner of andere naaste heeft met een psychische kwetsbaarheid of verslaving (ook zonder diagnose). Op de achterkant van deze flyer lees je wat wij voor je kunnen doen.



"HET DOET MIJ GOED OM ERVARINGEN UIT TE WISSELEN MET ANDERE JONGVOLWASSENEN. IK HEB HET GEVOEL DAT ZIC MIJ ECHT BEDIJPTEN. DAT GEEFT VEEL HERKENNING EN STEUN."

# Waarom lotgenotencontact?

Misschien erkaar dat je anderen jou niet echt begrijpen als je het over jouw situatie wilt hebben. Je ervaringen delen met mensen die dezelfde soort dingen hebben meegemaakt is vaak een stuk prettiger. Zij weten écht wat je bedoelt en hierdoor voel je je minder alleen. Je bent namelijk niet de enige die hiermee worstelt!

## Bij ons vind je:

- Contactgroepen om ervaringen uit te wisselen met anderen.
- Laagdrempelige online modules met video's en tips.
- Een besloten Facebookgroep waar je ervaringen kunt uitwisselen en op de hoogte wordt gehouden van interessante activiteiten.
- Regelmatig een activiteit zoals een lezing of een Q&A met een ervaringsdeskundige.
- Ieder jaar een workshop op de Kind van Dag en de MIND familie-/naastendag.

Wil je meer informatie? Of wil je iets betekenen voor onze community? Stuur een mail naar [young@naastencentraal.nl](mailto:young@naastencentraal.nl)

Lees meer over Naasten Centraal Young op [www.naastencentraal.nl](http://www.naastencentraal.nl) (kopje Young) of scan de QR code:

