



# Informatiepunt Mentale Gezondheid

VANAF  
JULI

Heb je last van stress, piekergedachten of moeite met grenzen stellen? Of sta je op de wachtlijst bij de GGZ? En wil je direct laagdrempelige en persoonlijke hulp? Stel al je vragen over psychische gezondheid op het Informatiepunt Mentale Gezondheid!

De ervaringsdeskundige vrijwilligers van Stichting Kompassie bieden een luisterend oor, geven tips hoe je je mentale veerkracht kunt versterken en kunnen zo nodig doorverwijzen. Ook voor naasten!

Informatiepunt Mentale Gezondheid is iedere dinsdag van 11.00 tot 14.00 uur te vinden in Stadsdeelkantoor Escamp.



**Dinsdag**

**11.00 tot 14.00 uur**



**Stadsdeelkantoor Escamp  
Leyweg 813, Den Haag**



**[kompassie@denhaag.nl](mailto:kompassie@denhaag.nl)**



**Kompassie**

Steunpunt  
Mentale Gezondheid