

gent:



**Online ondersteuning  
voor mantelzorgers**

VIA HET BLOOMUP PLATFORM

# Gratis psychologische hulp

Ben je ouder dan 16, woon je in Gent en zorg je vaak voor een familielid of vriend met een ziekte, een handicap of een psychische kwetsbaarheid? Wordt je mentale veerkracht daarbij geregeld uitgedaagd?

Dan is het belangrijk om ook goed zorg te dragen voor jezelf. En dat is precies waar het online platform **BloomUp** je bij kan helpen!

## Hoe werkt het?

- Surf naar BloomUp en beantwoord 3 korte vragen.
- Kies een erkende psycholoog of therapeut waar je mee wilt praten en maak gratis kennis.
- Klikt het? Plan **3 gratis video- of telefoongesprekken** in.

[talk.bloomup.org/mantelzorggent](https://talk.bloomup.org/mantelzorggent)

Wil je meer gesprekken? Dan betaal je gemiddeld 60 euro per gesprek vanaf het vierde gesprek.

## CONTACT

Dienst Regie Gezondheid en Zorg

09 266 35 19

regiegezondheidenzorg@stad.gent

www.stad.gent

**bloomup**  
your mental sidekick

