



Oproep ervarings- verhalen werk in combinatie met een dierbare

Op kantoor en vanuit huis

Jouw verhaal

Werk in combinatie met een dierbare die psychisch uit balans is, is uitdagend. Hoe houd je de balans goed tussen zorgen voor of er zijn voor je dierbare en je werk, het huishouden, andere huisgenoten/familieleden en eigen momenten van rust en ontspanning?

Veel mensen zijn in de coronaperiode (meer) vanuit huis gaan werken. De grens tussen werk en privé is daardoor nóg meer vervaagd. Voor naasten van iemand die psychisch uit balans is, kan dit extra ingewikkeld zijn. Wat doet het met je als je 24 uur per dag geconfronteerd wordt met het ziek zijn van de ander? Balans houden tussen al je rollen wordt dan nog moeilijker en vooral tijd vrij maken voor jezelf (voor werk, rust, etc.) verdwijnt naar de achtergrond.

Vertel je ervaring

Waar loop je tegenaan in de combinatie op kantoor en/of thuis werken en zorgen voor je dierbare? Heb je ervoor gekozen om er wel of niet open over te zijn op je werk? Ben je misschien het gesprek aangegaan om thuis of juist weer wél op kantoor te gaan werken? Mag je van je baas je tijd flexibel inrichten, zodat je af en toe tijd kunt maken voor zorgtaken? Wij willen het graag weten!

Wil je je ervaring delen via Naasten in Kracht ook anderen een steuntje in de rug te geven? Je kunt je ervaring vertellen of schrijven.

“Het is belangrijk je balans te vinden tussen de zorg en je eigen kwaliteit van leven.”

Ik wil mijn verhaal vertellen

Een ervaringsdeskundige luistert naar jouw verhaal in een interview en maakt er een ervaringsverhaal van. Voor plaatsing wordt het verhaal aan je voorgelegd. Het kan opluchten om je verhaal te vertellen

Ik wil mijn verhaal schrijven

Je mag ook je verhaal zelf schrijven. Voordat je verhaal geplaatst wordt, leest een redacteur mee. Pas na je toestemming plaatsen we je verhaal.

Interesse?

Meld je aan door een e-mail te sturen aan rita@hestia-abc.nl

Rita neemt binnen enkele dagen contact met je op om de afspraak in te plannen.



NAASTEN IN KRACHT
staan blijven en steun bieden