



# Kompassie

## Steunpunt Mentale Gezondheid



## Kompassie

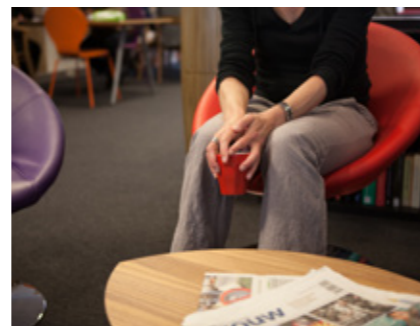
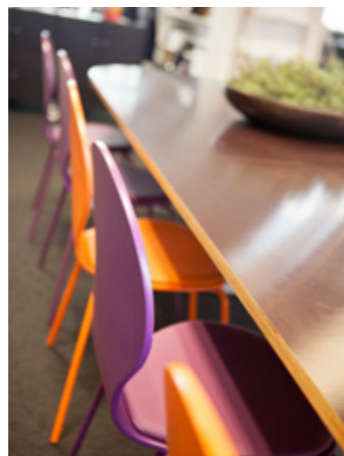
Steunpunt  
Mentale Gezondheid

Waar vindt u Kompassie?

Laan 20  
2512 GN Den Haag  
T (070) 427 32 40  
E [info@kompassie.nl](mailto:info@kompassie.nl)  
W [www.kompassie.nl](http://www.kompassie.nl)

Geopend:  
maandag t/m vrijdag  
van 10:00 tot 16:00 uur.





## Wat biedt Kompasie verder?

### Informatie

Bij Kompasie kunt u gratis folders vinden over behandeling, zorg en welzijn. Ook kunt u boeken, tijdschriften en brochures inzien.

### Lotgenotengespreksgroep

Via Kompasie kunt u in contact komen met lotgenoten. Hierbij werkt Kompasie samen met diverse lotgenotenverenigingen.

### Crisiskaart©

De kern van de Crisiskaart is dat u een plan opstelt op het moment dat u helder voor ogen heeft wat wel en niet wenselijk is in geval van crisis. Zo houdt u zelf de regie over uw situatie als u onverhoopt in een crisis terecht komt. Kompasie kan ondersteunen in het opstellen en onderhouden van een Crisiskaart.

### Spreekuur persoonsgebonden budget (pgb)

Wilt u gebruik maken van een persoonsgebonden budget (pgb) maar weet u niet goed hoe u dit moet aanpakken? Bij Kompasie is een vrijwilliger aanwezig die zich heeft gespecialiseerd in de regelgeving rondom het pgb. Deze vrijwilliger kan u op afspraak ondersteunen en adviseren.

### Voorlichting

De voorlichtingsgroep bestaat uit getrainde vrijwilligers. Zij hebben inzicht verkregen in hun eigen herstelproces en hebben geleerd wat hun ervaringskennis is en hoe zij deze kennis kunnen inzetten voor anderen. Voorlichting wordt gegeven aan bijvoorbeeld gemeentelijke diensten, huisartsen, instanties en scholen.

## Ondersteuning voor en door lotgenoten

### Vrijwilligerscoaching

Het blijkt vaak lastig te zijn om geheel op eigen kracht antwoord te vinden op zingevingsvragen. De ondersteuning van een lotgenoot kan hierbij helpen. Deze coach denkt bijvoorbeeld mee bij het vinden en behouden van een geschikte vrijwilligersplek. Onze coaches nemen de tijd en steunen zo lang als nodig is.

### Collectieve belangenbehartiging

Kompasie coördineert de belangenbehartiging voor de GGz-doelgroep in Den Haag. Signalen worden gebundeld en doorgegeven aan zorgaanbieders en gemeente.

## Wat maakt Kompasie bijzonder?

- De ondersteuning is gratis
- U kunt zonder afspraak langskomen
- Iedereen met een psychische kwetsbaarheid is welkom
- (Ervarings-)deskundigen helpen u graag

## Wat biedt het Informatie- en Steunpunt?

- Emotionele ondersteuning (een luisterend oor)
- Ondersteuning bij het ordenen van (financiële) administratie en bij regelzaken op het gebied van wonen, participatie, inkomen of een WMO-aanvraag.
- Contact met lotgenoten
- Wegwijs maken binnen maatschappelijke en GGz instellingen in Den Haag
- Bemiddeling en doorverwijzing

## Over ons

Stichting Kompasie is een onafhankelijk informatie- en steunpunt voor mentale gezondheid. Bij Kompasie werken ervaringsdeskundige vrijwilligers die graag met u in gesprek gaan.

Ook zet Kompasie zich in voor de collectieve belangenbehartiging van de GGz-doelgroep in Den Haag. Kompasie is er voor iedereen met een psychische kwetsbaarheid, ook staan wij klaar voor direct betrokkenen. Kompasie heeft informatie, kennis en ervaring in huis die u kunnen ondersteunen bij het maken van keuzes of het aanpakken van situaties die lastig voor u zijn. Bijvoorbeeld op het gebied van behandeling, de WMO, sociale contacten, wonen, leren, financiën, werken en nazorg.

De vrijwilligers helpen u graag en geduldig op de goede weg. Doordat zij zelf ervaring hebben met de GGz kunnen zij zich goed in uw situatie inleven en meedenken. Bij Kompasie kunt u met uw verhaal terecht. Hiervoor wordt de tijd genomen.