



Naar de psycholoog, niet zo'n gek idee!

**Waarom blijven zitten met gevoelens als
bezorgdheid, moedeloosheid, angst, verdriet, ...
als het SAMEN kan?**

Draag zorg voor je mentale gezondheid.



Voel je niet goed in je vel?

Voel je je moedeloos, bezorgd, prikkelbaar, angstig, verdrietig, eenzaam of ... ?

Blijf **niet** met deze gevoelens zitten. Draag **zorg** voor je **mentale gezondheid** en spreek erover met de **Eerstelijnspsycholoog**, Inia Delanote.



Wie is Inia?

Vanaf januari '24 komt Inia **wekelijks** (op donderdag) langs in ons huis. Ze is een gediplomeerd psycholoog en reeds 9 jaar actief in het werkveld. Als zelfstandige **eerstelijnspsycholoog** wil ze de stap naar hulp **toegankelijker** maken. Ze richt zich vooral tot ouderen en mantelzorgers.

Wie kan gebruik maken van deze dienst?

Iedereen die nood heeft aan psychologische hulp uit de buurt of uit ons woonzorgcentrum kan bij haar terecht. Je kan haar ontmoeten in het woonzorgcentrum op afspraak. Je hoeft geen doktersvoorschrift.

Wat kost een gesprek?

Het eerste gesprek is gratis. Elk gesprek duurt maximaal 45 minuten. Je betaalt een vast bedrag van 11 euro per gesprek.

Wie verhoogde tegemoetkoming geniet, betaalt het vaste tarief van 4 euro per gesprek.

Hoe maak ik een afspraak?

Een gesprek kan **enkel** volgens afspraak. Je kan Inia ontmoeten in het woonzorgcentrum **Home Vrijzicht** (Veurnseweg 538 - Elverdinge) op **donderdag** tussen 8u30 - 16u00.

Een gesprek inplannen?

Dit kan heel eenvoudig via:

- **Online kalender** via deze [link](#)
- **Mail:** psycholoog.iniadelanote@gmail.com
- **Tel Inia:** 0492/59.42.00