Zo gaat het Verkennend Gesprek

Stap 1

Aanmelding
Je huisarts meldt je aan voor een Verkennend Gesprek.

Stap 2

Een naaste meenemen
Je mag iemand meenemen die je vertrouwt. Dat kan fijn zijn voor en tijdens het gesprek.

Stap 3

Afspraak maken
Je wordt binnen 2 weken gebeld om een afspraak te maken. Houd je telefoon daarom goed in de gaten.

Stap 4

Het gesprek
Je vertelt wat er bij jou speelt. Mensen met verschillende ervaringen denken met je mee. Samen zoeken jullie naar wat jou kan helpen.

Stap 5

Samen een plan maken
Aan het einde maken jullie samen een plan voor de volgende stap.

Stap 6

Je krijgt het plan
Je krijgt een kopie van het plan. Ook je huisarts krijgt een kopie.

Stap 7

De volgende stap
Een van de mensen uit het gesprek neemt binnen 10 werkdagen contact met je op. Samen bespreek je de eerste stap van je plan.

Mentaal Gezond
Midden Nederland