

**Parnassia**<sup>PG</sup>

Specialist in psychiatrie

# E-health module Zinvol Leven

# Is de module Zinvol Leven iets voor jou?

Soms loopt je leven anders dan verwacht door bijvoorbeeld een psychische ziekte of een ingrijpende gebeurtenis. Je zoekt hulp en werkt aan jouw herstel. Er kunnen dan vragen opkomen als:

- Wat kan ik nog?
- Wat vind ik echt belangrijk?
- Voor wie ben ik nog belangrijk?
- Hoe kijk ik naar mijzelf?
- Hoe ga ik met anderen om en zij met mij?
- Waar haal ik kracht uit?
- Wat maakt mijn leven zinvol?

Als je deze vragen herkent of ze misschien weleens stelt, kan deze e-health module jou helpen.

## E-health module Zinvol Leven!

Het is mogelijk te werken aan en na te denken over de zojuist gestelde vragen via de computer. De e-health module Zinvol Leven leidt je stap voor stap langs zes zingevingsthema's om zo weer op het spoor van zin en betekenis te komen in jouw eigen situatie. Verschillende werkvormen zoals beelden, muziek, teksten en verhalen nodigen jou uit stil te staan bij wat jouw leven praktisch zin kan geven.

## Nieuwsgierig geworden?

Zo kun je met de module aan de slag: ben je patiënt bij Parnassia en al ingeschreven in het E-health Warenhuis? Dan staat de module Zinvol Leven in de etalage op jouw startpagina. Je kunt de module eenvoudig aanvragen. Het secretariaat van de afdeling activeert deze dan voor jou.

Ben je patiënt bij Parnassia en nog niet ingeschreven in het E-health Warenhuis? Dan kun je jouw interesse aangeven bij jouw behandelaar/begeleider. Deze zorgt ervoor dat je ingeschreven wordt, waarna je de module kunt volgen.

## Vragen?

Voor vragen over Zinvol Leven kun je terecht bij de geestelijk verzorgers van Parnassia.

## **Regio Noord-Holland**

Angelique Rijlaarsdam - Purmerend, Zaandam en Castricum

T 088 357 74 39 of 06 100 173 68

E [a.rijlaarsdam@parnassiagroep.nl](mailto:a.rijlaarsdam@parnassiagroep.nl)

Anton Huisman - Castricum

T 088 357 04 19 of 06 835 164 87

E [a.huisman@parnassiagroep.nl](mailto:a.huisman@parnassiagroep.nl)

## **Regio Haaglanden**

Michiel van Agt, humanistisch geestelijk verzorger

T 06 512 957 15, ma/do

E [michiel.vanagt@parnassiagroep.nl](mailto:michiel.vanagt@parnassiagroep.nl)

Nanda de Hoop, pastor/katholiek geestelijk verzorger

T 06 122 091 78, di/do/vr

E [n.dehoop@parnassiagroep.nl](mailto:n.dehoop@parnassiagroep.nl)

Mineke Kroes, protestants geestelijk verzorger

T 06 234 292 08, di/wo/do

E [m.kroes@parnassiagroep.nl](mailto:m.kroes@parnassiagroep.nl)

Martine Moolenaar, humanistisch geestelijk verzorger

T 06 234 348 09, ma/di/do

E [m.moolenaar@parnassiagroep.nl](mailto:m.moolenaar@parnassiagroep.nl)

Sieta Motiram Sharma, hindoe geestelijk verzorger

T 06 230 275 28, wo/do

E [s.motiramsharma@parnassiagroep.nl](mailto:s.motiramsharma@parnassiagroep.nl)

Albert Ringer, joods geestelijk verzorger

T 088 357 14 00 (via Frontoffice), do

E [a.ringer@parnassiagroep.nl](mailto:a.ringer@parnassiagroep.nl)

Jamila Zacouri, moslim geestelijk verzorger

T 06 127 353 21, do/vr

E [j.zacouri@parnassiagroep.nl](mailto:j.zacouri@parnassiagroep.nl)

## Contact

Je kunt contact met ons opnemen via

T 088 357 14 00

E [informatie@parnassia.nl](mailto:informatie@parnassia.nl)

Kijk voor meer informatie op

[www.parnassia.nl](http://www.parnassia.nl)