



Het Lichthuis
Amsterdam

ONDERSTEUNING BIJ HERSTEL
IN DE WEEKEND AVONDUREN

*Geopend op vrijdag-,
zaterdag-, en zondagavond
van 18:00 tot 24:00*

Wanneer kun je Het Lichthuis Amsterdam inzetten?

- Als je last hebt van verhoogde spanning en/of angst
- Als je het gevoel hebt dat je er alleen niet meer uitkomt

Het Lichthuis Amsterdam is er als je:

- Kwetsbaar bent voor crisis en/of ervaring hebt met crisis
- Geen (sociaal) netwerk hebt dat je wilt of kunt raadplegen in de weekend-avonduren
- Geen acute klinische zorg nodig hebt

Wat heeft Het Lichthuis Amsterdam jou te bieden?

- Een plek om even op adem te komen
- Een luisterend oor, aandacht en afleiding
- Stafmedewerkers, ervaringsdeskundigen en lotgenoten om je te ondersteunen



Voorbeelden van redenen om te komen:

- Je voelt je kwetsbaar door een heftige gebeurtenis (bijvoorbeeld ziekte of overlijden van dierbaren)
- Problemen dreigen je boven het hoofd te groeien (zoals schulden, last van burens, gevoel van eenzaamheid)
- Je probeert nuchter te blijven, maar bent bang om terug te vallen
- Na een opname vind je de overgang naar huis moeilijk
- Je bent begonnen met nieuwe medicatie of behandeling en dat geeft spanning

Wil je nu of in de toekomst gebruikmaken van Het Lichthuis Amsterdam?

Dan maken we graag eerst kennis met jou. Plan een kennismakingsgesprek via info@lichthuisamsterdam.nl of bel en ontdek of Het Lichthuis Amsterdam iets voor je is.



Contactgegevens:

Het Lichthuis Amsterdam
Sarphatistraat 41
1018 EW Amsterdam
Tel. 06 – 21 37 88 45



Openingstijden:

Vrijdag: 18:00 – 24:00
Zaterdag: 18:00 – 24:00
Zondag: 18:00 – 24:00

info@lichthuisamsterdam.nl
www.lichthuisamsterdam.nl

*Het Lichthuis Amsterdam is
een samenwerking tussen:*

