

# Werken zonder Zorgen

PSIcara biedt ondersteuning bij mentale veerkracht en balans tussen werk en privé

✓ Locaties in heel Nederland ✓ Geen wachttijd ✓ Korte Interventies door psychologen

**Zit jij even niet zo lekker in je vel? Ben je de balans kwijt op je werk en/of in je privéleven? Met de Werken zonder Zorgen interventie bieden wij een snelle en laagdrempelige toegang tot ervaren professionals.**

## Balansherstel interventie

De Werken zonder Zorgen interventie is gericht op het verminderen van psychische klachten en op het vinden van een balans in privéleven en werk. Centraal hierbij staat het verbeteren van jouw functioneren, door hulp te bieden bij het vergroten van zelfinzicht, zelfvertrouwen, werkmotivatie en/of zelfredzaamheid. De Werken zonder Zorgen interventie bestaat uit een telefonische intake waarna er 4 tot 8 gesprekken volgen, afhankelijk van jouw hulpvraag. De gesprekken kunnen worden aangevuld met thuiswerkopdrachten en E-health modules.

## Wij geloven in de juiste balans tussen voelen, denken en doen

Daarnaast draait het bij PSIcara om het vinden van een oplossing die werkt, niet om theorie, diagnoses en protocollen. Onze op maat gemaakte dienstverlening is persoonlijk en uniek. Onze professionals zijn arbeids- en organisatie psychologen die de mogelijkheid hebben om iemand in ± 4 gesprekken verder te helpen, die werken zonder gebruik te maken van stempels en standaard indicaties.

**De missie van PSIcara is helder: werken zonder stress! Dat maakt het werk en het privéleven aangenaam.**

## Wacht niet langer

Lijkt het jou fijn om geholpen te worden door onze professionals? Wacht niet te lang met de start van het traject en meld je bij ons aan via je werkgever.

Nijverheidslaan 3A-16 | 1382 LE Weesp  
T 085 040 6071 E [info@psicara.nl](mailto:info@psicara.nl) W [www.psicara.nl](http://www.psicara.nl)

 **PSIcara**  
zicht op balans in leven en werk