



# DACTARI SUPPORT VETERINAIRE HULPLIJN



DAG VAN  
DE MENTALE GEZONDHEID

## 10 OKTOBER

DACTARI BESTEEDT DE HELE  
MAAND OKTOBER EXTRA  
AANDACHT AAN DE MENTALE  
GEZONDHEID VAN ALLE  
VETERINAIRE PROFESSIONALS MET  
DE VETERINAIRE HULPLIJN

## UITDAGINGEN

IK HEB SLECHTE GEWOONTES  
ONTWIKKELD OM MET STRESS  
EN DRUKTE OM TE GAAN EN  
ERVAAR HINDER. IK EET  
ONGEZOND, ROOK, DRINK, ZOEK  
AFLEIDING OF STEL UIT

IK HEB REGELMATIG LAST VAN  
HOOFDPIJN, GESPANNEN  
SPIEREN, OVERVERMOEIDHEID,  
SLAPELOOSHEID EN  
STEMMINGSWISSELINGEN

IK DURF NIET VOOR MIJZELF  
OP TE KOMEN, DOE WAAR IK  
NIET ACHTERSTA EN LAAT  
MAKKELIJK OVER MIJ HEEN  
LOPEN

IK KAN MIJ OP HET WERK  
SLECHT CONCENTREREN.  
IK MAAK VAKER FOUTEN.  
DIT BEN IK NIET VAN  
MIJZELF GEWEND

IK HEB HET GEVOEL DAT IK DE  
HUIDIGE SITUATIE MOET  
ACCEPTEREN, HET ZAL NOOIT  
BETER WORDEN

IK HEB GEEN ZIN MEER OM  
LEUKE DINGEN TE DOEN EN  
KRIJG DAAR OOK WEINIG  
ENERGIE VAN

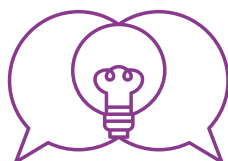
IK KAN GEEN AFSTAND  
NEMEN VAN MIJN WERK EN  
MIJN PRIVE LEVEN LIJDT  
DAARONDER

IK VIND HET MOEILIK  
JONGE KINDEREN EN TE  
COMBINEREN MET WERK

## VETERINAIRE HULPLIJN: WAT MAG JE VERWACHTEN?



LUISTEREND OOR  
EXTERNE PROFESSIONAL



ADVIES INDIEN  
GEWENST



ERKEN, BENOEM &  
ONDERZOEK HET PROBLEEM



BELLEN/APPEN: 0641694949



MAILEN: LAURA@DACTARI.NL



MA TM VRIJ: 8.30-17.00  
DO: 8.30-20.00



GEEN GEHOOR? SPREEK  
DE VOICEMAIL IN EN JE  
WORDT TERUG GEBELD

ANONIEM CONTACT?

#31#0641694949

SMS

WHATSAPP: VERWIJDER FOTO EN NAAM



DACTARI  
Dierenartsencoöperatie