

Laagdrempelig en snel toegang tot psychologen via telefoon, chat of video consult. Krijg praktische tips en inzichten.

💬 **Waarvoor kan ik contact opnemen?**

Zit je met een kleine of grote uitdaging? Iets privé of werk-gerelateerds? Ben je op zoek naar eenmalig advies of een serie aan gesprekken? Je kunt elk soort vraag neerleggen bij de psychologen en lifestyle experts van OpenUp. Daarbij levert OpenUp maandelijks tools zoals webinars, online cursussen, gezondheidschecks en meer om zelf aan de slag te gaan met je mentale welzijn.

📅 **Wanneer kan ik contact opnemen?**

Je bepaalt zelf of, wanneer en waar je gebruik maakt van OpenUp. Je hoeft het dus ook niet eerst intern te melden voordat je in gesprek gaat. OpenUp is bereikbaar van maandag t/m vrijdag, van 09.00 tot 21.00 uur en op zaterdag van 13.00 tot 17.00 uur.

🔒 **Krijgt mijn werkgever een update als ik gebruik maak van OpenUp?**

De informatie die je met de psychologen deelt is veilig bij hen; ze zijn gebonden aan hun professionele ethische code en mogen geen persoonlijke gegevens met jouw werkgever of anderen delen.

📞 **Hoe start ik een gesprek?**

Om te chatten, te bellen, een consult te boeken of toegang te krijgen tot webinars en zelfhulp programma's, ga je naar <https://mijn.openup.nl/welkom>

openup



Vragen?

Neem contact op met OpenUp

team@openup.com