



15 JAAR CLIËNTGESTUURDE SAMENWERKING

De LFOS (Landelijke Federatie Ongebonden Schilvoorzieningen) viert op 16 december haar 15 jarig bestaan. Ter gelegenheid van deze mijlpaal wordt de publicatie 'Op eigen wijze' gepresenteert en aangeboden aan het Landelijk Platform GGz en het Fonds Storm Rehabilitatie.



In dit boekje, dat speciaal ter gelegenheid van dit jubileum is gemaakt, stellen 24 bij LFOS aangesloten cliëntgestuurde organisaties zich voor. Medewerkers, vrijwilligers en cliënten vertellen wat hen beweegt en wat het betekent om actief te zijn bij een kleinschalige cliëntgestuurde organisatie. Carla en Jerry, trouwe bezoekers van het Inloophuis en tevens Hester, coördinerend medewerker van het Informatiepunt, zijn enkele van de geïnterviewden.

Zie www.lfos.nl voor meer informatie over deze bijeenkomst en de publicatie 'Op eigen wijze'.

DUIZENDPOOT TIJDELIJK TERUG OP OUDE STEK

Vanaf 3 januari a.s. komt Monique van Biezen het GGz Informatiepunt tijdelijk versterken. Tot drieënhalf jaar geleden werkte zij als senior voorlichter en coördinerend medewerker in het Informatiepunt. Sinds anderhalf jaar werkt zij bij de GGD als junior beleidsmedewerker. Daar adviseert zij over ... [Lees verder](#).



LICHT IN DONKERE DAGEN: WINTERDEPRESSIE TE LIJF!

Iedereen heeft er wel een beetje last van. De zomer gaat voorbij en de eerste blaadjes vallen weer van de bomen. Door gebrek aan zonlicht krijgen veel mensen last van een winterdip.



Meer dan 500.000 mensen hebben last van een winterdepressie. Het aantal mensen dat last heeft van een winterdip is nog vele malen groter. Niet alle symptomen van een winterdepressie zijn hierbij aanwezig, maar hebben wel een uitermate vervelende impact op uw psychische en/of lichamelijke welbevinden. Een winterdip is dus een mildere vorm van een winterdepressie. De meest voorkomende klachten zijn oververmoeidheid, veel behoefte aan slaap, depressieve gevoelens, toenemende eetlust, gewichtstoename en minder behoefte aan sociaal contact.

Wat kun je aan een winterdip doen? [Lees verder](#).

NIEUWJAARSRECEPTIE: ZONDAG 8 JANUARI VANAF 16.00

2011 was een bewogen jaar voor het Inloophuis Psychiatrie en het GGz Informatiepunt Leiden e.o. Met als belangrijke mijlpaal in het laatste kwartaal de verhuizing van het Rapenburg naar de Hooigracht.

Inmiddels gehuisvest in het prachtige monumentale pand aan de Hooigracht 12-14 willen wij u van harte welkom heten tijdens de nieuwjaarsreceptie op zondag 8 januari 2012.

Vanaf 16.00 uur bent u van harte welkom om samen met ons het glas te heffen op een mooi 2012!



AGENDA

Ma 19 december 19.30
Film in het Inloophuis
Hooigracht 12-14, Leiden

Ma 26 december 17.30 - 21.00
Kerstmaaltijd in het Inloophuis
Hooigracht 12-14, Leiden
Opgeven aan de bar bij het Inloophuis

Za 31 december 19.30
Oliebollenavond in het Inloophuis
Hooigracht 12-14, Leiden

Zo 8 januari 16.00
Nieuwjaarsreceptie Inloophuis Psychiatrie en GGz Informatiepunt Leiden e.o.
Hooigracht 12-14, Leiden

Voor meer informatie over de activiteiten van het Inloophuis en het Informatiepunt:
www.inloophuis-psychiatrie.nl
www.ggz-informatiepunt.nl



OPENINGSTIJDEN rond de feestdagen:

Het **GGz Informatiepunt** is gesloten van 26 december t/m 2 januari. Vanaf 3 januari gelden weer de normale openingstijden: ma t/m do van 10.00 tot 14.00u.

Het **Inloophuis Psychiatrie** is gesloten op 25 december en 1 januari. 26 december is het Inloophuis geopend van 17.30 tot 21.00u.

