



KOPSTUKKEN

September 2013

KOPSTUKKEN is de maandelijkse nieuwsuitgave van het GGz Informatiepunt Holland Rijnland en het Inloophuis Psychiatrie
Veel leesplezier!



ggz informatiepunt holland rijnlant

NR 35

inloophuis psychiatrie leiden



GROEN IS GOED

Zaterdag 31 augustus hebben Robert, Allan, Teije en Christaan, aankomende leden van Minerva, flink geklust in het Inloophuis. De hal is opgeruimd en alle **tuinbanken** zien er weer piekfijn uit. Bedankt!



VOORLICHTING OVER DEPRESSIE



Geschat wordt dat het afgelopen jaar in Nederland zo'n 550.000 mensen leden aan een depressie (de 'gewone' variant) en zo'n 850.000 mensen aan een vorm van depressie. **Veel depressieleed blijft onopgemerkt en onopgelost.**

Psychiater Wouter de Wever, sociotherapeut Lydia Bol en een ervaringsdeskundige vertellen u alles over het herkennen van een depressie, symptomen en mogelijkheden voor hulp. Zij geven ook omgangsadvisen voor de omgeving.

Datum en tijd: maandag 23 september 19.30 - 21.30 uur (ontvangst vanaf 19.15). **Locatie:** Vredeskerk, van Vollenhovenkade 24, Leiden.

Aanmelden: noodzakelijk en kan via ggz-voorlichting@ggz-informatiepunt.nl of via 071-514 74 20. Deze bijeenkomst wordt georganiseerd door GGz Voorlichting, dit is een samenwerkingsverband tussen GGz Informatiepunt Holland Rijnland en Preventie GGZ Leiden. Voor de flyer, [klik hier](#).

AGENDA

Ma 23 september 19.30 - 21.30
Filmavond in het Inloophuis
Hooigracht 12-14, Leiden

Ma 23 september 19.30 - 21.30
Voorlichting over Depressie
Vredeskerk, van Vollenhovokade 24, Leiden

Ma 7 oktober 19.30 - 22.30
Voorlichting over Piekeren
Vredeskerk, Van Vollenhovokade 24, Leiden

Do 10 oktober vanaf 13.00
10-jarig Jubileum GGz Informatiepunt
Hooigracht 12-14, Leiden

Ma 14 oktober 19.30 - 21.30
Filmavond in het Inloophuis
Hooigracht 12-14, Leiden

Woe 16 oktober 19.30 - 21.30
Voorlichting voor Mantelzorgers
J.P. Gouverneurlaan 40b te Sassenheim

Ma 21 oktober 19.30 - 22.00
Vrouwenavond Inloophuis
Hooigracht 12-14, Leiden

Voor meer informatie:
www.inloophuis-psychiatrie.nl
www.ggz-informatiepunt.nl



VOORLICHTING OVER PIEKEREN



De meeste mensen denken wel eens na over zorgelijke onderwerpen. Er zijn echter ook mensen bij wie het piekeren een hardnekkige gewoonte wordt. **Overmatig piekeren** is een lastig verschijnsel dat het leven van mensen die ermee kampen behoorlijk ingewikkeld kan maken. Spreker tijdens de voorlichtingsavond over dit onderwerp is prof. dr. Ad Kerkhof, hoogleraar klinische psychologie aan de Vrije Universiteit van Amsterdam en auteur van het (zelfhulp)boek Piekeren.

Datum en tijd: maandag 7 oktober 19.30 - 21.30 uur (ontvangst vanaf 19.15). **Locatie:** Vredeskerk, van Vollenhovenkade 24 te Leiden. **Aanmelden:** noodzakelijk en kan via ggz-voorlichting@ggz-informatiepunt.nl of via 071-514 74 20 (ma t/m do van 10.00 tot 14.00). Deze bijeenkomst wordt georganiseerd door GGz Voorlichting, dit is een samenwerkingsverband tussen GGz Informatiepunt Holland Rijnland en Preventie GGZ Leiden. Voor de flyer, [klik hier](#).



10 oktober vieren we dat het GGz Informatiepunt 10 jaar bestaat! U bent van harte welkom bij het middagprogramma en/of de receptie. Voor meer informatie over het programma, [klik hier](#).



MANTELZORGBIJEENKOMST

Op 16 oktober organiseert Mantelzorgondersteuning van Welzijn Teylingen in samenwerking met GGz Informatiepunt Holland Rijnland een bijeenkomst voor **mantelzorgers die zorgen voor mensen met psychische problemen**. Mensen die zorgen voor iemand met psychische problemen herkennen zich vaak niet in de term mantelzorg. Toch vertoont de zorg die zij bieden veel overeenkomsten met andere mantelzorg. **Datum en tijd:** woensdag 16 oktober van 19.30 - 21.30u, zaal open vanaf 19.15. Voor meer informatie, [klik hier](#).

