

KOPSTUKKEN

April 2014

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



ggz informatiepunt holland rijnland

NR 42

inloophuis psychiatrie leiden

▶ SPREEKUR OVER BORDERLINE

In Nederland hebben ongeveer 100.000 mensen last van een **borderline persoonlijkheidsstoornis**. Dit kan moeilijk zijn voor de cliënt zelf, maar ook voor de omgeving. Daarom is GGz informatiepunt Holland Rijnland gestart met het Spreekuur Borderline. Het spreekuur is bedoeld voor cliënten, naasten, professionals, scholieren en studenten. Het spreekuur wordt gedraaid door een ervaringsdeskundig medewerker van het GGz informatiepunt. De vragen die gesteld worden kunnen gaan over hoe het is om te leven met een borderline stoornis, maar ook over symptomen, oorzaken, behandelmethodes, lotgenotencontact en tips 'hoe om te gaan met' voor de omgeving. Het Spreekuur Borderline vindt **elke eerste dinsdag van de maand tussen 10.00 en 12.00 uur** plaats te **Hooigracht 12-14 in Leiden**. Een afspraak is gewenst. Dit kan zowel telefonisch (071-5147420) als via de mail (info@ggz-informatiepunt.nl).



AGENDA

Ma 21 april 12.00 - 15.00
Paasbrunch
opgeven aan de bar, kosten 1,50 euro
Hooigracht 12-14, Leiden

Ma 28 april 19.30 - 22.30
Filmavond in het Inloophuis
Pan's Labyrinth
Hooigracht 12-14, Leiden

Di 6 mei 10.00 - 12.00
Spreekuur Borderline
Hooigracht 12-14, Leiden

Woe 7 mei 11.00 - 14.00
Spreekuur KOPP/KVO
Hooigracht 12-14, Leiden

Ma 12 mei 19.30 - 22.30
Filmavond in het Inloophuis
The Hobbit: the desolation of Smaug
Hooigracht 12-14, Leiden

Ma 19 mei 19.30 - 21.30
Voorlichting Psychose
Uranusstraat 500, Alphen aan den Rijn

Ma 19 mei 19.30 - 21.30
Voorlichting Bipolaire Stoornis
Vredeskerk, van Vollenhovenkade 24, Leiden

Ma 19 mei 19.30 - 21.30
Vrouwenavond in het Inloophuis
Hooigracht 12-14, Leiden

Di 20 mei 19.00 - 21.00
Voorlichting Angst
Componistenlaan 248, Voorhout

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



▶ WIL JIJ JE OOK INZETTEN?

**vrijwilligers
gevraagd!**

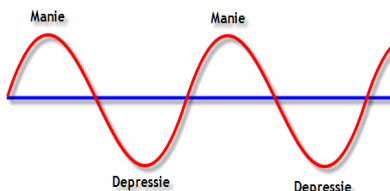
Het GGz Informatiepunt Holland Rijnland en Inloophuis Psychiatrie zijn op zoek naar nieuwe vrijwilligers. Wij zoeken meerdere vrijwilligers voor diverse disciplines. Voor meer informatie, [klik hier](#). Zit er iets voor je bij of wil je meer weten, neem dan contact met ons op!

▶ HOGE PIEKEN, DIEPE DALEN

Uit landelijk onderzoek blijkt dat 2% van de Nederlanders kampt met een **bipolaire stoornis**, ook wel **manisch depressieve stoornis** genoemd. Zij hebben sterk wisselende schommelingen in hun stemming. Dit is ingrijpend voor betrokkenen zelf, maar ook voor de mensen in hun omgeving. Tijdens de informatieavond bespreekt verpleegkundig specialist Petra Rijper wat een bipolaire stoornis is en hoe begeleiding en behandeling er uit ziet. Een ervaringsdeskundige vertelt hoe het is om te leven met een bipolaire stoornis.

Datum en tijd: maandag 19 mei van 19.30 - 21.30 uur (deur open om 19.15 uur).

Locatie: Vredeskerk, van Vollenhovenkade 24, Leiden. Aanmelden is noodzakelijk en kan via ggz-voorlichting@ggz-informatiepunt.nl. Voor de flyer, [klik hier](#).



▶ ANGST, HOE GA JE ER MEE OM?

Iedereen voelt zich wel eens angstig of bang. Vaak is angst van korte duur, toch komt het ook voor dat **angstklachten** lang aanhouden. Mensen voelen zich dan steeds bang en zenuwachtig en weten niet hoe dat komt. Daarnaast kunnen zij last hebben van lichamelijke klachten zoals duizeligheid, hartkloppingen of slaapproblemen. Zij piekeren veel en kunnen daar niet mee stoppen. De angst kan dan het leven gaan beheersen. Hoe ga je daar op een adequate manier mee om? Tijdens de voorlichting vertellen deskundige hulpverleners over oorzaken, verschijnselen, behandelmogelijkheden en over de mogelijkheden om er zelf iets aan te doen. Ook gaan zij in op wat angst betekent voor de persoon zelf en voor de mensen in zijn/haar omgeving.

Datum en tijd: dinsdag 20 mei van 19.00 - 21.00 uur (deur open om 18.45 uur). **Locatie:** Componistenlaan 248, Voorhout. Deelname aan deze voorlichtingsbijeenkomst is gratis en aanmelden is niet nodig.

