

NOVEMBER

**STIP Lelystad, Jaargang 12
nummer 11,
Agenda 2022**

Maandag

Locatie: De Dukdalf

Inloop 13.00-16.00 uur

Depressie Supportgroep

14-28 november 11.00-12.30 uur

Autisme Supportgroep

7 – 21 november 11.00-12.30 uur

Rouw en verlies supportgroep

7 - 21 november 13.30-15.30 uur

Locatie: 't LAPP

Kook café

14 - 28 november 16.00-19.00 uur

(aanmelden verplicht)

Dinsdag

Locatie: De Waterbever

Inloop 13.00-16.00 uur

Bipolaire Supportgroep

1 – 15 - 29 november 13.00-14.30 uur

Donderdag

Locatie: De Waterspiegel

Inloop 13.00-16.00 uur

Spel 'Steekje los

24 november vanaf 14.00 uur

Vrijdag

Locatie: MFA Zuiderzee

Inloop 13.00-16.00 uur

Wandelen

11 – 25 november vanaf 14.00 uur

Herstelgerichte activiteit:

De Kletsende Kunstenaars

4 – 18 november 13.00-15.00 uur

Herstelgroep

11 - 25 november 13.30-15.30 uur

Bel of App tel. 06-57903833

Bereikbaar op ma, di, do, vr.

Digitaal contact: op aanvraag

Er wordt weer gewandeld!

Om de week **op de vrijdag**

START 14.00 uur vanaf:

Wijkcentrum Zuiderzee,

Waddenlaan 1



Word Vrijwilliger!

Bij Stichting Cliëntenperspectief GGz (CLIP GGz) zijn er velen mogelijkheden om je ervaring in te zetten, ter opbouw van je zelf en ter ondersteuning van anderen.

CLIP GGz is een onafhankelijke organisatie voor en door mensen met een psychische kwetsbaarheid.

Supportgroepen

Op diverse locaties van STIP Lelystad zijn verschillende supportgroepen waarin gelijkwaardigheid, veiligheid, aandacht en vertrouwen de basis vormen.

Een supportgroep is geen therapiegroep of behandelprogramma.

De groepsleden hebben zelf de regie en bepalen waarover gesproken wordt.



Herstelgerichte creatieve ontwikkeling

Praten over zaken die je bezighouden in een veilige omgeving. Op een ontspannen manier, d.m.v. creatief bezig zijn binnen een groep, die is gericht is op herstel en het (her)vinden van eigen kracht.

Steekje Los "Een eigenwijs spel"

Vrijdag 24 november v.a. 14.00 uur

Wijkcentrum Zuiderzee

Speel met ons mee!

Aanmelden niet nodig!



Als je in een crisis verkeerd wil je graag je wensen op een

eenvoudige manier kenbaar maken aan je omgeving.

Een Crisiskaart kan hierin ondersteuning bieden.

Vraag een Crisiskaart aan!

Bel voor meer informatie: 06-14324671

Supportgroep: Autisme

om de week

op maandag 11.00-12.30 u

Locatie: De Dukdalf

Aanmelden verplicht

Het Kookcafé

Om de week **op maandag**
van 16.00-19.00 uur

Aanmelden verplicht



Deze agenda van het steunpunt is per maand zo actueel mogelijk opgemaakt. Het STIP is niet aanbodgericht, maar richt zich op de vraag en behoefte vanuit de doelgroep. Het kan dus zijn dat er activiteiten wijzigen, afvallen of er bijkomen. Voor actuele informatie kan je terecht op de website en houd de agenda en aankondigingen in de gaten op de Stip locaties.

STIP GGz-locaties in Lelystad:

De Dukdalf, Punter 35-27

De Waterbever, Voorstraat 313

De Waterspiegel, Neringweg 221

Wijkcentrum Zuiderzee, Waddenlaan 1

't LAPP, Grutterswal 108

Wellness Recovery Action Plan (WRAP)

Wil jij meer grip krijgen (en houden) op je leven?

Geef je dan nu op voor deze training!

In een groep, begeleid door twee ervaringsdeskundigen ga je een plan maken. Dit plan kan je helpen je weer goed te gaan voelen en in te grijpen als je merkt dat het minder goed met je gaat.

WANNEER?

Vanaf: maandag 9 januari 2023

De training bestaat uit
8 bijeenkomsten van 2,5- 3 uur.
Tussen 14:00-17:00 uur.

WAAR?

Buurthuis de DOP, Danslaan 66, Almere.

Aanmelden of meer informatie:

almere@stipflevoland.nl

Zit jij te veel in je hoofd?

O.l.v. van onze kletsende kunstenaar Carlos gaan we op een creatieve manier met 'ons hoofd' aan de slag.

WANNEER?

Op vrijdag 4 November

Van 13.00 Tot 15.00 uur



WAAR?

Wijkcentrum Zuiderzee, Waddenlaan 1