

## Maandag

**Locatie: De Dukdalf**

**Inloop 13.00-16.00 uur**

Depressie Supportgroep

01 – 15 mei 11.00-12.30 uur

Autisme Supportgroep 1

08 – 22 mei 11.00-12.30 uur

**Locatie: 't LAPP**

Kook café

01 – 15 mei 16.00-19.00 uur

(aanmelden verplicht)

Jongeren supportgroep

08 – 22 mei 19.00-22.00 uur

## Dinsdag

**Locatie: de Waterbever**

**Inloop 13.00-16.00 uur**

**Locatie: De Dukdalf**

Autisme Supportgroep 2

09 – 23 mei 11.00-12.30 uur

## Donderdag

**Locatie: de Waterspiegel**

**Inloop 13.00-16.00 uur**

## Vrijdag

**Locatie: MFA Zuiderzee**

**Inloop 13.00-16.00 uur**

Wandelen

12 – 26 mei vanaf 13.30 uur

"De Kletsende Kunstenaars"

19 mei 13.00-15.00 uur

Herstelgroep

12– 26 mei 13.30-15.30 uur

## ATTENTIE!!!

**STIP is gesloten** op de volgende dagen:

**05 mei – bevrijdingsdag**

**18 mei – hemelsvaart**

**29 mei – 2<sup>e</sup> pinksterdag**

**Digitaal contact:** op aanvraag

**Voor meer informatie:** tel. 06-57903833

*Bereikbaar op ma, di, do, vr.*

## Steekje Los "Een eigenwijs spel"

**Vrijdag 26 mei om 10.00 uur**

Flevomeer Bibliotheek Lelystad  
De Promesse 4 (in het Stadhuis)

**Aanmelden niet verplicht**



## 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 gericht is op herstel en het (her)vinden van eigen kracht.

## Het Kookcafé

Om de week op maandag  
**van 16.00-19.00 uur**  
't LAPP, Grutterswal 108

## Aanmelden verplicht



Irisccovery start **15 mei** vanuit het  
**Flevolands Platform**  
**ErvaringsDeskundigheid (FPED)** de  
Traning: **"Ongekende Gevoelens"**

Veel van ons hebben geleerd dat gevoelens en emoties negatief zijn. Ze zijn een teken van zwakte of je wilt je zo niet voelen omdat je denkt dat je het niet kunt (ver-)dragen. Het leren accepteren van je gevoelens en emoties is dus een belangrijke vaardigheid waar we veel aandacht aan zullen besteden tijdens deze training.

## WANNEER?

**Maandag van 14.00-16.00 uur**

**15, 22 en 29 mei , 5, 12 en 26 juni**

## WAAR?

**Irizzorg, Gondel 36, Lelystad**

Deze training wordt door Irizzorg/Irisccovery vanuit het samenwerkingsverband met het FPED aangeboden d.w.z. dat deze training voor iedereen toegankelijk is.

## AANMELDEN:

Via mail: [t.bot@irizzorg.nl](mailto:t.bot@irizzorg.nl),  
of telefonisch. 0646728650

Aan de training zijn geen kosten verbonden

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

**MFA Zuiderzee**, Waddenlaan 1

**'t LAPP**, Grutterswal 108

## STIP Jongeren Supportgroep

Een plek waar je gezien en gehoord wordt!

Kom in contact met Lotgenoten en ervaringsdeskundigen

**Niets is ons te gek!!!**

**Om de week maandag vanaf 19.00 uur**

't LAPP, Grutterswal 108

Aandacht



Bel voor meer informatie 06-57903833

## Vraag GRATIS een Crisiskaart aan!

Als je in een crisis verkeerd wil je graag zoveel mogelijk de regie houden.

Een Crisiskaart kan hierin ondersteuning bieden, door je wensen op een eenvoudige manier kenbaar te maken aan je omgeving.

**Er is nu ook een hulpkaart!**

De crisiskaart invullen



Bel voor meer informatie: 06-14324671  
Of kijk op onze website: [www.clipggz.nl](http://www.clipggz.nl)