

**MAANDAG**

INLOOP: GESLOTEN  
SUPPORTGROEP HERSTEL  
7, 14, 21, 28 13.30 - 15.00 UUR

**DINSDAG**

INLOOP: 13.30 - 16.30 UUR  
CURSUS 'WRAP'  
1, 8, 15, 22, 29 09.30-12.30 UUR

**WOENSDAG**

INLOOP: 13.30 - 16.30 UUR  
INTRODUCTIE AVOND  
CURSUS 'STERK MET PIJN'  
16 19:00-21:00 UUR  
CURSUS 'STERK MET PIJN'  
23, 30 14:00-16:00 UUR

**DONDERDAG**

INLOOP: 13.30 - 16.30 UUR  
SUPPORTGROEP 'JONGEREN MET  
DEPRESSIE  
3, 10, 17, 24, 31 11.00 - 12.00 UUR  
SUPPORTGROEP 'DEPRESSIE  
3, 10, 17, 24, 31 13.00 - 14.00 UUR

**VRIJDAG**

INLOOP: 13.30 - 16.30 UUR  
CREATIEF ONTWIKKELEN  
4, 11, 18, 25 13.30 - 16.00 UUR  
LUNCHCAFÉ  
11, 25 VANAF 13:00 UUR

**ZATERDAG**

INLOOP: NABESTAANDEN VAN SUÏCIDE  
19 OKTOBER 13:00-16:00 UUR

**ZONDAG**

INLOOP: HARTZAAK  
20 OKTOBER 13.30-16.30 UUR

Heb je interesse in een van deze activiteiten neem dan contact met ons op of kom naar de inloop.

Het steunpunt is bereikbaar via:

Telefoon : 036-5333572  
Mail: [almere@clipggz.nl](mailto:almere@clipggz.nl)



**CRISISKAART**

Stel je eigen crisiskaart op. Deze kaart draag je bij je en op de kaart staat in geval van nood de belangrijkste gegevens over jou, bijvoorbeeld wie te bellen.

**HULPKAART**

In plaats van een Crisiskaart kan je ook kiezen voor een Hulpkaart. Het maken van deze kaart kost iets minder tijd en kan je eventueel ook zelf online maken.

Neem voor meer informatie contact op met de coördinator: Mirjam Bloedjes.  
Telefoon: 036-5333572 of

**HARTZAAK**

We zijn op zoek naar vrijwilligers die de inloop willen draaien op de zondagmiddag bij STIP in Almere. De derde zondag van de maand van 13.30-16.30u.



Interesse of wil je meer informatie?  
Mail of bel dan naar:  
[almere@clipggz.nl](mailto:almere@clipggz.nl) of 036-5333572.

**DAG VAN DE MENTALE GEZONDHEID**

**10 OKTOBER**

10 oktober is de dag van de mentale gezondheid. Zet deze datum alvast in je agenda. Verdere informatie volgt binnenkort via de mail.

*Save the date!*

Conferentie 'Wie ziet mij?'

10 oktober 2024  
11.00 - 16.00



De conferentie wordt in het kader van de Dag van de Mentale gezondheid georganiseerd door ervaringsdeskundigen, Almeerse organisaties en gemeente Almere. Binnenkort volgt meer informatie.

**STEUN - EN INFORMATIE PUNT  
GGZ ALMERE**

Danslaan 66  
1326 PL Almere  
036 - 53 33 572

<https://goo.gl/maps/hay1Vz46EpAkQ37A6>

Bereikbaar met o.a. buslijn M5 en lijn 330 (RNET), bushalte Danswijk (ingang aan de parkeerplaats van Albert Heijn, en bij de speelplaats van basisschool De 7-Sprong, in gebouw 'de DOP')

**KOM JIJ ONS TEAM VERSTERKEN?**

Stel je eens voor dat je iets kunt doen wat niet alleen anderen helpt, maar het jezelf ook verrijkt en voldoening geeft. Dat is precies wat je bij STIP kan doen. Zet je eigen (levens)ervaring in om psychisch kwetsbare mensen te ondersteunen. Wij zoeken altijd vrijwilligers voor de inloop.

Bij ons kun je actief deelnemen aan trainingen of cursussen. Het kan ook jou helpen om nieuwe vaardigheden te ontwikkelen, je netwerk uit te breiden of nieuwe mensen te ontmoeten.  
Win - Win dus!

Ben je geïnteresseerd geraakt, neem dan vrijblijvend contact met ons op! Mailen kan naar: [almere@clipggz.nl](mailto:almere@clipggz.nl)