

MAANDAG

INLOOP: GESLOTEN
SUPPORTGROEP HERSTEL
4, 11, 18, 25 13.30 - 15.00 UUR

DINSDAG

INLOOP: 13.30 - 16.30 UUR
CURSUS 'WRAP'
5, 12, 19, 26 09.30-12.30 UUR

WOENSDAG

INLOOP: 13.30 - 16.30 UUR
CURSUS 'STERK MET PIJN'
6, 13, 20, 27 14:00-16:00 UUR
SUPPORTGROEP
NABESTAANDEN SUICIDE
20 19.00 - 20.30 UUR

DONDERDAG

INLOOP: 13.30 - 16.30 UUR
SUPPORTGROEP 'JONGEREN MET DEPRESSIE'
7, 14, 21, 28 11.00 - 12.00 UUR
SUPPORTGROEP 'DEPRESSIE'
7, 14, 21, 28 13.00 - 14.00 UUR

VRIJDAG

INLOOP: 13.30 - 16.30 UUR
CREATIEF ONTWIKKELEN
8, 15, 22, 29 13.30 - 16.00 UUR
LUNCHCAFÉ
8, 22 VANAF 13:00 UUR

ZONDAG

INLOOP: HARTZAAK
17 13.30-16.30 UUR



VADERKRACHT
Samen groeien in vaderschap tijdens bijeenkomsten.

Wil je meer leren over het vaderschap en ervaringen delen met andere (aanstaande) vaders? Kom dan naar onze gratis bijeenkomsten.

19 november en 17 december 2024
19:00 - 20:30 uur
Buurtcentrum Het Kardoes,
J.G. Suurhoffstraat 45, 1314 NR Almere

Wat kun je verwachten?
Naast het ontmoeten van andere (aanstaande) vaders en het delen van ervaringen, is er ook een interessante gast spreker. Tijdens deze presentatie is er volop ruimte om met elkaar het gesprek aan te gaan.

Je bent van harte welkom op één of beide bijeenkomsten. Deelname is gratis, aanmelden is niet nodig en consumpties zijn voor eigen rekening.

Samen voor de beste start in Almere!
one4almere.nl

ON
Voor een kansrijke generatie in Almere

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
via mail: crisiskaart@clipggz.nl

Vrijwilligers Gezocht

Wil jij anderen helpen op het gebied van geestelijke gezondheidszorg?

Clip Stip is een toegankelijke en inspirerende plek waar je ervaringskennis kunt inzetten zonder vereiste opleiding.

Begeleid of organiseer activiteiten zoals:

- Yoga
- Wandelingen
- Inloop momenten
- Of bedenk je eigen initiatief!

We bieden ook ontwikkel mogelijkheden zoals cursussen. Sluit je aan en maak een verschil!

STIP
Steun- en informatiepunt
Geestelijke Gezondheids Zorg

Telefoon: +31 6 86145718
E-mail: almere@clipggz.nl

Danslaan 66, 1326 PL Almere
Openingstijden: mo t/m vrij 13:30 - 16:30



**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')

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

Vakgroep DOE
kennis

Cursus
"Handvatten om te herkennen"

Doel: door middel van herkenning de juiste te maken voor inzicht in de persoon (deelnemers) om middelen, leefwijze en krachtiger door het leven verder te bewegen.

Ervaringsdeskundige trainers: Marjan (Stip) en Jette (Wetente)

Tijdslot: ongeveer 2 uur met een pauze

Start: 7 januari 2025 van 13:00-15:00

Locatie: De DOP, Danslaan 66, Almere

Dat: 7 januari 2025, 21-29 januari, 4, 11, 18, 25 februari en 6, 13, en 18 maart 2025

Voor wie: ieder die aan zijn of haar herkenning wil werken

Kennismaking: telefonisch door Jette aan

Maximaal aantal deelnemers: 8

10 Bijeenkomsten:

1. Kennismaking, veiligheidsafspraken, groepsafspraken, herken wat is de doel? Wat wil je bereiken?
2. Betrokkenheid, wat is het en hoe kan ik dit doorbrengen? Wat heb je herken bij moed of wat kun jij doen herkennen? Online momenten hoe doe je dit veilig?
3. Ervaringskennis, je eigen kennis herkennen, wat is het en hoe sprak je het aan?
4. Rouw, verlies, rouw
5. Ervaringsdeskundigheid, wat is het en wat kun je er mee?
6. Geef je aan kennis bij hulpverleners? wat doet dit met je en wanneer is in jou ogen een hulpverlener goed?
7. Diagnose herkennen en wat? Mediatie
8. Hoop, wanhoop, suïcide
9. Zelfdood, wat heb je nodig? (inmate) zelfdood (stigma)
10. Hoe je bereikt wat je voor ogen had en hoe nu verder?

Afsluiting en evaluatie

Samenvatting: jette.jansen@wetente.nl 062 7171389

FPED
Functie Platform Ervaren Deskundigen