

KOPSTUKKEN

november 2015

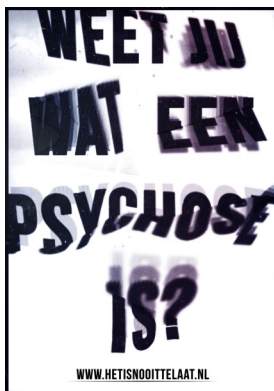
KOPSTUKKEN is de maandelijkse nieuwsuitgave van het GGz Informatiepunt Holland Rijnland en het Inloophuis Psychiatrie
Veel leesplezier!



ggz informatiepunt holland rijnland NR 60 inloophuis psychiatrie leiden

HET IS NOOIT TE LAAT

Op **dinsdag 24 november om 15.00 uur** is in het Leidse filmtheater **Trianon** de film **'Psychose!'** te zien. Daarnaast wordt er in het GGz Informatiepunt op maandagavond **30 november om 19.30 uur een Interactieve bijeenkomst** gehouden. Na de film gaan ervaringsdeskundige sprekers in dialoog met de zaal. Deze activiteiten maken deel uit van de landelijke voorlichtings- en beeldvormingscampagne *Het is nooit te laat*. Deze richt zich op preventie en de-stigmatisering van psychoses. Filmmaker Daniel Krikke kreeg enkele jaren geleden zelf een psychose. Samen met drie andere ervaringsdeskundige jongeren ontwikkelde hij een film, werkboek en de campagne. Hun doel is het bevorderen van deelname en acceptatie van jongeren met een psychische kwetsbaarheid. Klik hier voor de [uitnodiging](#) en de [trailer](#)...



AGENDA

Ma 30 nov 19.30 uur
Voorlichting Hooggevoeligheid
Vredeskerk, Leiden

Ma 30 nov 19.30 uur
Voorlichting Psychose
Restaurant De Vrienden
Alphen a/d Rijn

Wo 2 dec 16.00 uur
HEE Café
Inloophuis Psychiatrie, Leiden

Zo 6 dec 16.00 uur
Sinterklaasfeest
Inloophuis Psychiatrie, Leiden

Ma 14 dec 19.30 uur
Film Trading Places
Inloophuis Psychiatrie, Leiden

Openingstijden
GGz Informatiepunt:
ma, di en do
van 10.00 tot 14.00 uur

Openingstijden
Inloophuis Psychiatrie:
di t/m za 19.30 tot 22.30
zondag 16.00 tot 19.00

VOORLICHTING HOOGGEVOELIGHEID

Sommige mensen zijn gevoeliger voor prikkels van buitenaf dan anderen. Harde geluiden, mensenmassa's, doordringende geuren of fel licht worden hen snel teveel. Bovendien voelen zij sfeer, emoties en spanningen van anderen vaak bijzonder goed aan. Iemand met een dergelijke gevoeligheid noemen we 'Hooggevoelig' of 'Highly Sensitive Person' (HSP). Hooggevoeligheid is een aangeboren en waarschijnlijk erfelijke eigenschap van de hersenen en komt voor bij ongeveer 15-20 % van de bevolking. Doordat HSP's prikkels gedetailleerder, subtieler en intenser waarnemen, voelen zij zich minder snel op hun gemak, en hebben meer moeite en meer tijd nodig om indrukken te verwerken. De Leidse Orthopedagoge Arianne Josemans-Maandag heeft zich met haar **praktijk 'Op Maandag'** ([website](#)) toegelegd op de begeleiding van mensen met hooggevoeligheid. Op **maandag 30 november** legt zij uit wat hooggevoeligheid is en hoe je ermee kunt omgaan. [Klik hier](#) voor de flyer.



OPENING ZELFREGIECENTRUM LEIDEN

In Nederland ontstaan steeds meer Zelfregiecentra. Dit zijn ontmoetingsplaatsen voor mensen die de regie over hun leven weer in eigen hand willen nemen zonder afhankelijk te zijn van zorgorganisaties. Hier helpt men elkaar en zichzelf op weg zonder etiket of indicatie. Op **zaterdag 28 november om 13.00 uur** opent het **eerste zelfregiecentrum van Leiden** haar deuren. Het centrum is gevestigd in 'het Nokkie' (de zolder) van buurthuis Matilo, Zaanstraat 126 in Leiden (rolstoeltoegankelijk). Het doel is om mensen te ondersteunen die om allerlei redenen onvoldoende tot hun recht komen. Bijvoorbeeld omdat zij ziek zijn geweest, veel tegenslagen hebben ervaren, moeilijk op gang komen, het gevoel hebben overal alleen voor te staan, zich eenzaam voelen, moeite hebben om voor zichzelf op te komen of allerlei andere redenen. Ervan uitgaande dat iedereen waardevolle kwaliteiten bezit worden bezoekers van het zelfregiecentrum gestimuleerd om te ontdekken waar zij blij van worden en hoe zij hun talenten tot bloei kunnen laten komen. Zie meer informatie op de [website](#) en op [facebook](#).



KONINKLIJKE ONDERSCHIEDING

Oud-bestuurslid van het Inloophuis Psychiatrie en het GGz Informatiepunt **Ad van der Waals** ontving op 31 oktober jl een koninklijke onderscheiding. Hij werd ridder in de Orde van Oranje Nassau. Ad was tussen 2002 en 2008 penningmeester van de twee organisaties. De Utrechtse burgemeester Jan van Zaanen reikte de onderscheiding uit. In zijn toespraak roemde hij Ad's bestuurlijke activiteiten voor een groot aantal maatschappelijke organisaties. Hij zette zich niet alleen in voor het GGz Informatiepunt en het Inloophuis Psychiatrie, maar ook voor belangenorganisaties voor blinden en slechtzienden, verzorgingshuis Lorentzshof, wijkvereniging Professorenwijk, Leidse Studenten Ekklesia en de Stichting Exodus. Bovendien schreef Ad van der Waals diverse boeken over de geschiedenis van het bibliotheekwerk voor mensen met een visuele beperking. De bestuursleden, medewerkers en vrijwilligers bedanken Ad voor zijn inzet!



Voor meer informatie over deze nieuwsbrief kunt u contact opnemen met info@ggz-informatiepunt.nl of 071-5147420
Wenst u geen emails meer van ons te ontvangen klik dan [hier](#) of stuur een email naar: info@ggz-informatiepunt.nl

