

Preventie Kinderen en Jeugd

Mijn baby en ik

Ondersteuning van moeders of vaders met psychische problemen bij het ontwikkelen van een goede band met hun baby (0-12 maanden).

Groepen voor kinderen en jongvolwassenen met een ouder met psychische problemen

Deze lotgenotengroepen zijn bedoeld voor kinderen van ouders met psychiatrische problemen en/of verslavingsproblemen (KOPP/KVO).

Er zijn verschillende groepen voor kinderen en jongeren van 4 tot 23 jaar.

Ondersteunende gesprekken

Deze gesprekken kunnen gehouden worden over verschillende thema's. Het maximum aantal is drie gesprekken met ouder(s) en/of kind.

Triple P - positief opvoeden

Voor ouders en verzorgers is opvoeden soms zwaar. De training positief opvoeden kan tips geven. Het helpt u de oorzaken van gedragsproblemen te herkennen, leert u hoe u gewenst gedrag bij kinderen kunt stimuleren en hoe u om kunt gaan met ongewenst gedrag.

Plezier op school

Dit is een tweedaagse zomercursus voor aanstaande brugklassers. De cursus is bedoeld voor kinderen die geplaagd / gepest worden of andere problemen ervaren in de omgang met leeftijdsgenoten. Doel van de cursus is dat kinderen straks met meer plezier en zelfvertrouwen naar de nieuwe school gaan.

Contactinformatie

preventie.kinderenenjeugd@rivierduinen.nl

Preventie Volwassenen

Ondersteunende gesprekken

Familie en naasten van mensen met psychische problemen kunnen ook bij ons terecht voor een tot drie gesprekken (preventie op maat). U kunt uw verhaal doen en krijgt informatie en tips.

Samen kijken we welke ondersteuning er is voor uw situatie en wat het beste bij u past.

Cursussen Omgaan met een familielid of naaste met psychische problemen:

- * cursus Psychische problemen in de familie
- * cursus Omgaan met borderline
- * cursus Omgaan met psychose

Ondersteuningsgroep Nabestaanden van zelfdoding

Voor familieleden en naasten die een dierbare hebben verloren door zelfdoding.

Cursus Met alle geweld een relatie

Een cursus voor vrouwen die te maken hebben (gehad) met een vorm van huiselijk geweld in de partnerrelatie.

Voor wie?

Het aanbod is toegankelijk voor de inwoners van de regio Holland Rijnland. Het is niet nodig om ingeschreven te zijn bij GGZ Rivierduinen om deel te nemen aan de preventieactiviteiten, de gemeente Holland Rijnland financiert preventie.

De meeste activiteiten zijn kosteloos, soms worden er materiaalkosten in rekening gebracht.

Informatie | Agenda

Het volledige preventieaanbod kunt u vinden op rivierduinen.nl/agenda. Alle informatie voor familie en naasten kunt u vinden op: rivierduinen.nl/familie-en-naasten.

Contactinformatie

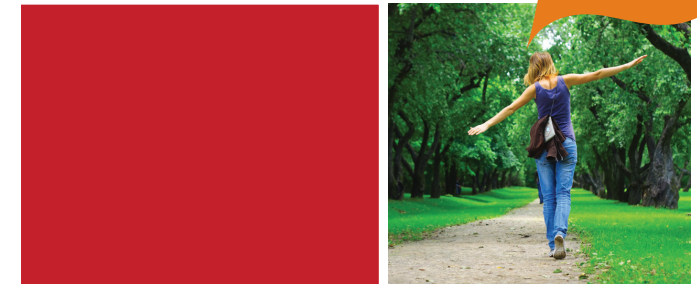
M: preventie@rivierduinen.nl
T: 071 890 88 88 (afdeling Preventie)

Jaaroverzicht 2019

Voorlichtings- en cursusaanbod psychische gezondheid

Leiden, Duin- en Bollenstreek, Rijnstreek

2019



Preventie is een manier om psychische problemen te voorkomen, te beperken of te helpen om erger te voorkomen.

De afdelingen Preventie van GGZ Rivierduinen organiseren activiteiten voor:

- * kinderen
- * jeugdigen
- * volwassenen met een verhoogde kans op psychische of psychiatrische problemen én hun omgeving.

Het doel van onze activiteiten is dat deelnemers meer grip krijgen op hun eigen situatie.

Maart

04-03 Verlegenheid of sociale angst I Alphen a/d Rijn
Vind je het vreselijk om een kamer vol met mensen in te lopen? Schrik je als de telefoon gaat? Voel je je in gesprekken onhandig of minderwaardig? Het gevolg is vaak dat je erg op gaat zien tegen sociale gebeurtenissen als feestjes, of deze zelfs gaat vermijden. Ben je dan verlegen of is het sociale angst?

11-03 Autisme bij volwassenen I Leiden

Mensen met autisme verwerken alle informatie anders dan mensen zonder deze ontwikkelingsstoornis. In de praktijk brengt dat de nodige problemen met zich mee, ook voor de omgeving.

25-03 Bipolaire Stoornis I Sassenheim

Hoe herken je de symptomen van een depressie of een manie en wat kunnen jijzelf en je naasten doen om het tij in een vroeg stadium te keren?

April

15-04 Hoog gevoeligheid I Alphen a/d Rijn

Als je hoog gevoelig of hoog sensitief bent, voel je je vaak anders dan de meeste mensen. Van kinds af aan bestaan er veel gevoelens van onbegrip en kan je het gevoel hebben er niet echt bij te horen.

Mei

13-05 Psychose I Leiden

Een psychose zorgt voor overtuigingen die niet met de werkelijkheid overeenkomen en/of hallucinaties, zoals het horen van stemmen. Wat gaat er om in iemands hoofd tijdens een psychose en gaat het nog wel over?

20-05 Verward gedrag beter begrijpen I Sassenheim

In de media wordt er steeds vaker over verward gedrag gesproken, bijvoorbeeld naar aanleiding van incidenten op straat. Maar wat is nu eigenlijk verward gedrag? En wat voor invloed heeft het op u? Tijdens deze bijeenkomst komt u meer te weten.

Juni

17-06 Gameverslaving bij jongeren I Alphen a/d Rijn
Is jouw puber erg veel bezig met gamen en ben je hier bezorgd om? Dan ben je niet alleen. Veel ouders maken zich zorgen om het gamegedrag van hun kind. Dit levert in veel gezinnen spanningen op.

24-06 Burn-out en Depressie I Leiden

Wat is het verschil tussen een 'dip', een burn-out en een depressie? We gaan in op overeenkomsten en verschillen en op de vraag hoe je er weer vanaf komt.

Juli

01-07 Autisme bij volwassenen I Sassenheim

Mensen met autisme verwerken alle informatie anders dan mensen zonder deze ontwikkelingsstoornis. In de praktijk brengt dat de nodige problemen met zich mee, ook voor de omgeving.

September

23-09 Gameverslaving bij jongeren I Sassenheim

Is jouw puber erg veel bezig met gamen en ben je hier bezorgd om? Dan ben je niet alleen. Veel ouders maken zich zorgen om het gamegedrag van hun kind. Dit levert in veel gezinnen spanningen op.

Oktober

07-10 Burn-out en Depressie I Alphen a/d Rijn

Wat is het verschil tussen een 'dip', een burn-out en een depressie? We gaan in op overeenkomsten en verschillen en op de vraag hoe je er weer vanaf komt.

14-10 Persoonlijkheidsstoornissen I Leiden

Dat persoonlijkheidsproblematiek niet behandelbaar zou zijn is gelukkig achterhaald!
Wat is eigenlijk kenmerkend voor een persoonlijkheidsstoornis en wanneer heb je er één?

November

11-11 Angststoornissen I Sassenheim

Angst is een waarschuwing voor gevaar en helpt je om jezelf te beschermen. Maar wat nu als je vaak angstig bent en op momenten dat er eigenlijk geen reden voor is en het je leven beheersen? Angststoornissen komen vrij veel voor en kunnen allerlei vormen aannemen.

18-11 Psychose I Alphen a/d Rijn

Een psychose zorgt voor overtuigingen die niet met de werkelijkheid overeenkomen en/of hallucinaties, zoals het horen van stemmen. Wat gaat er om in iemands hoofd tijdens een psychose en gaat het nog wel over?

December

02-12 Bipolaire Stoornis I Leiden

Hoe herken je de symptomen van een depressie of een manie en wat kunnen jijzelf en je naasten doen om het tij in een vroeg stadium te keren?

Voorlichtingsavonden I Praktische informatie

Onze voorlichtingsavonden zijn bedoeld voor alle geïnteresseerden: uzelf, familie en vrienden, professionals, studenten en vrijwilligers. Sprekers op deze avond zijn een professional uit de GGZ én een ervaringsdeskundige.

De avonden zijn gratis, inclusief koffie of thee in de pauze. U hoeft zich niet aan te melden.
De bijeenkomst begint om 19.30 uur, einde is 21.30 uur, inloop vanaf 19.15 uur.

Locaties en adressen:

- Alphen a/d Rijn: Zalencentrum De Bron, Troubadourweg 2
- Leiden: Vredeskerk, Van Vollenhovenkade 24
- Sassenheim: Julianakerk, Julianalaan 6

Informatie I contact

- GGZ Rivierduinen, afdeling preventie
preventie@rivierduinen.nl | 071-890 8888
- www.rivierduinen.nl/agenda
- Stichting Lumen Holland Rijnland
www.lumen-hollandrijnland.nl

De avonden worden georganiseerd door het samenwerkingsverband tussen GGZ Rivierduinen, afdeling Preventie en Stichting Lumen Holland Rijnland.