



Planning augustus t/m december 2022

Zie pagina 3 voor het aanbod voor volwassenen

Kinderen & Jeugd

Leidse regio (Gemeentes Leiden, Oegstgeest, Voorschoten, Zoeterwoude)

| ACTIVITEIT en locatie | DAG/TIJD | DATUM |
|--|----------------------------|--|
| Plezier op School Bonaventura College Mariënpoolstraat | 9.30-15.00 | 18 en 19 aug |
| Piep zei de Muis Rijnveste, Sandifortdreef 19 Leiden | Maandagmiddag 15.30-17.00u | 19 en 26 sept, 3, 10, 17, 31 okt, 7, 14, 21 en 28 nov. |
| Triple P. Rijnveste, Sandifortdreef 19 Leiden | Woensdagavond 19.30-21.30u | 21, 28 sept, 5, 12 okt en 2 nov |
| Brusjesgroep Voorschoten Componistenlaan, Voorschoten | Maandagmiddag 15.30-17.00u | 7 en 14 nov |

Alphen a/d Rijn

| ACTIVITEIT en locatie | DAG/TIJD | DATUM |
|--|---------------------------|-----------------------------|
| Triple P. Den Uylsingel gebouw Europa, Alphen a/d Rijn | Maandagavond 19.30-21.30u | 7, 14, 21 en 28 nov, 19 dec |

Kaag & Braassem

| ACTIVITEIT en locatie | DAG/TIJD | DATUM |
|----------------------------------|---------------------------|-------------------------------|
| KOPP/KOV Locatie volgt | Dinsdagmiddag 15.30-17.00 | 11, 18, okt, 1, 8, 15, 22 nov |

Duin- en Bollenstreek (Gemeentes Hillegom, Lisse, Teylingen en Noordwijk)

| ACTIVITEIT | DAG/TIJD | DATUM |
|--|--------------------------------|--|
| Plezier op School Fioretti College Lisse | 9.30-15.00 | 18 en 19 aug |
| Piep zei de Muis Maasgaarde, Ingang: Dr Poelslaan 21 Noordwijkerhout | Woensdagmiddag 13.30-15.00u | 14, 21, 28 sept, 5, 12, 19 okt, 2, 9, 16, 23 nov |
| KOPP/KOV Centrum Puijckendam Noordwijkerhout | Maandagmiddag 15.30-17.00u | 21, 28 nov, 5, 12 en 19 dec en 9 jan |
| Brusjesgroep Componistenlaan Voorhout | Woensdagmiddag 15.30-17.00u | 9 en 16 nov |

Katwijk

| ACTIVITEIT | DAG/TIJD | DATUM |
|--------------------------------------|---------------------------|----------------------------------|
| KOPP/KOV De Schelp Katwijk | Donderdagmiddag 15.30-17u | 15, 22, 29 sept, 6, 13 en 20 okt |

Regio Gouda (Gemeentes Gouda, Bodegraven-Reeuwijk, Krimpenerwaard, Waddinxveen, Zuidplas)

| ACTIVITEIT | DAG/TIJD | DATUM |
|---|----------------------------|--|
| KOPP/KOV Nelson Mandela activiteitenruimte | Dinsdagmiddag 15.30-17.00u | 13, 20, 27 september, 4, 11 en 18 okt |

Meer informatie en aanmelden via: www.rivierduinen.nl/preventie

Heb je vragen over of aanbod passend is? Mail gerust naar preventie@rivierduinen.nl. Voorafgaand aan een groep is er altijd een kennismaking waarin we kijken of het aanbod passend is.

Kinderen en jongeren uit gemeente Nieuwkoop kunnen op een locatie naar keuze meedoen aan KOPP/KOV-groepen en Plezier op School.

Verder mogelijk

Mijn Baby en ik - trajecten: voor vaders en moeders met lichte psychische klachten met een pasgeboren baby tot 1 jaar oud. Er wordt gewerkt met maximaal 10 huisbezoeken, waarbij gewerkt wordt aan een verbeterde hechting tussen ouder en kind. Meer informatie via: <https://rivierduinen.nl/preventie/mijn-baby-en-ik/>.

E-health: voor iedereen die zijn of haar mentale gezondheid wil verbeteren. Meer informatie via: <https://rivierduinen.nl/preventie/e-health/>.

Preventie-op-maat-trajecten: korte individuele trajecten van 1 tot 3 gesprekken, voor bijvoorbeeld kinderen met ouders met psychische problemen of een broer(tje) of zus(je) met psychische problemen. Als de vraag niet goed aansluit bij groepen of een kind of jongere niet goed in een groep past, bieden we deze trajecten. Meer informatie en aanmelden via: <https://rivierduinen.nl/preventie/preventie-op-maat-traject/>

Voorlichtingen op maat: voorlichtingen over mentale gezondheid op bijvoorbeeld scholen aan leerlingen of docenten. Hoe ga je bijvoorbeeld om met een leerling die aan zelfbeschadiging doet of depressief is? Mail voor de mogelijkheden naar: preventie@rivierduinen.nl, met in ieder geval je vraag en indien van toepassing de naam van je organisatie (incl. locatie).

Deskundigheidsbevordering op maat: wil je als organisatie jouw medewerkers versterken in hun kennis over mentale gezondheid? Of leren hoe je omgaat met iemand met een psychische kwetsbaarheid? Misschien is de deskundigheidsbevordering dan wat voor jullie. We maken deze altijd op maat op basis van jullie vraag. Mail voor de mogelijkheden naar: preventie@rivierduinen.nl, met in ieder geval je vraag en de naam van je organisatie (incl. locatie).

Volwassenen

Leidse regio (Gemeentes Leiden, Oegstgeest, Voorschoten, Zoeterwoude)

| ACTIVITEIT en locatie | DAG/TIJD | DATUM |
|---|---------------------------------|--|
| Nabestaanden Zelfdoding Rijnveste, Sandiforddreef 19 Leiden | Woensdagmiddag 16.00–18.00u | 24, 31 aug, 7, 14, 21, 28 sept, 5 en 12 okt |
| Met alle geweld een relatie Rijnveste, Sandiforddreef 19 Leiden | Woensdagochtend 9.30–11.30u | 28 sept, 5, 12, 19 okt, 2, 9, 16, 23 nov |
| Omgaan met Autisme Pilot Rijnveste, Sandiforddreef 19 Leiden | Donderdagmiddag 15.00–17.00u | 6, 13, 20 okt, 3, 10, 17, 24 nov, (1 dec reserve) |
| Omgaan met Psychose Rijnveste, Sandiforddreef 19 Leiden | Maandagmiddag 15.00–17.00u | 10, 17, 31 okt, 7, 14, 21, 28 nov, 5 en 12 dec |
| Omgaan met Borderline Rijnveste, Sandiforddreef 19 Leiden | Dinsdagmiddag 15.30–17.30u | 27 sept, 4, 11, 18 okt, 1, 8, 15 nov |
| Voluit Leven Locatie volgt | Maandagochtend 9.30–11.30u | 12, 19, 26 sept, 3, 10, 17 en 31 okt, 7 nov |

Alphen a/d Rijn

| ACTIVITEIT en locatie | DAG/TIJD | DATUM |
|---|----------------------------|--|
| Met alle geweld een relatie Locatie volgt | Dinsdagochtend 9.30–11.30 | 1, 8, 15, 22, 29 nov, 6, 13 en 20 dec |
| Nabestaanden Zelfdoding Boelekade 19, Gouda | Woensdagmiddag 15.30–17.30 | 2, 9, 16, 23, 30 nov, 7, 14 en 21 dec |

Duin- en Bollenstreek (Gemeentes Hillegom, Lisse, Teylingen en Noordwijk)

| ACTIVITEIT | DAG/TIJD | DATUM |
|---|----------------------------------|--|
| Psychische problemen in de familie Componistenlaan Voorhout | Maandagmiddag 15.30–17.30u | 5, 12, 19, 26 sept, 3, 10, 17, 31 okt |
| Omgaan met Autisme Pilot (samen met Leidse regio) Rijnveste, Sandiforddreef 19 Leiden | Donderdagmiddag 15.00– 17.00u | 6, 13, 20 okt, 3, 10, 17, 24 nov, (1 dec reserve) |
| Nabestaanden Zelfdoding (samen met Leidse Regio) Rijnveste, Sandiforddreef 19 Leiden | Woensdagmiddag 16.00– 18.00u | 24, 31 aug, 7, 14, 21, 28 sept, 5 en 12 okt |
| Voluit Leven Locatie volgt | Dinsdagmiddag 15.30–17.30u | 13, 20, 27 sept; 4, 11, 18 okt, 1 en 8 nov |

Nieuwkoop

| ACTIVITEIT | TOELICHTING |
|---|---|
| Psychische Problemen in de Familie | Inwoners van gemeente Nieuwkoop kunnen op een locatie naar keuze meedoen. |
| Omgaan met Psychose | |
| Omgaan met Borderline | |
| Omgaan met Autisme | |
| Met alle geweld een relatie | |
| Preventie-op-maat | |

Regio Gouda (Gemeentes Gouda, Bodegraven-Reeuwijk, Krimpenerwaard, Waddinxveen, Zuidplas)

| ACTIVITEIT | DAG/TIJD | DATUM |
|---|---------------------------|-----------------------------|
| Voorlichtingsavonden De Veste Gouda | Dinsdagavond 19.30–21.30u | 27 september 15 november |

| | | |
|---|----------------------------|--|
| Psychische Problemen in de Familie Boelekade 19 Gouda | Maandagavond 19.00–21.00u | 26 sept, 3, 10, 17, 24 okt, 7, 14, 21, 28 en 12 dec. |
| Nabestaanden Zelfdoding Boelekade 19 Gouda | Woensdagmiddag 15.30–17.30 | 2, 9, 16, 23, 30 nov, 7, 14 en 21 dec |

Meer informatie en aanmelden via: www.rivierduinen.nl/preventie

Heb je vragen over of aanbod passend is? Mail gerust naar preventie@rivierduinen.nl. Voorafgaand aan een groep is er altijd een kennismaking waarin we kijken of het aanbod passend is.

Verder mogelijk

E-health: voor iedereen die zijn of haar mentale gezondheid wil verbeteren. Meer informatie via: <https://rivierduinen.nl/preventie/e-health/>.

Preventie-op-maat-trajecten: korte individuele trajecten van 1 tot 3 gesprekken, voor bijvoorbeeld volwassen familie en naasten van iemand met psychische problemen. Als de vraag niet goed aansluit bij groepen of een groep om een andere reden niet passend is, bieden we deze trajecten. Meer informatie en aanmelden via: <https://rivierduinen.nl/preventie/preventie-op-maat-traject/>.

Voorlichtingen op maat: voorlichtingen over mentale gezondheid op bijvoorbeeld scholen aan leerlingen of docenten. Hoe ga je bijvoorbeeld om met een leerling die aan zelfbeschadiging doet of depressief is? Mail voor de mogelijkheden naar: preventie@rivierduinen.nl, met in ieder geval je vraag en indien van toepassing de naam van je organisatie (incl. locatie).

Deskundigheidsbevordering op maat: Wil je als organisatie jouw medewerkers versterken in hun kennis over mentale gezondheid? Of hoe ga je om met iemand met een psychische kwetsbaarheid? Misschien is de deskundigheidsbevordering dan wat voor jullie. We maken deze altijd op maat op basis van jullie vraag. Mail voor de mogelijkheden naar: preventie@rivierduinen.nl, met in ieder geval je vraag en de naam van je organisatie (incl. locatie).