

Jaargang 20, juli 2017



Kompasie

Steunpunt
Mentale Gezondheid

Nieuwsbrief



Zomereditie

Laan 20 • 2512 GN Den Haag • T (070) 427 32 40
info@kompasie.nl • www.kompasie.nl



Van het management



Extra dun zomernummer

Daar waar de weekbladen deze zomer graag een dubbeldik nummer uitbrengen, heeft Kompasie besloten tot een dunner exemplaar dan u van ons gewend bent.

Er staat weliswaar weer van alles in de planning, en achter de schermen zijn we dan ook al druk bezig met de voorbereiding van mooie voorstellingen en nieuwe activiteiten. Daar zullen we u begin september over informeren.

Voor nu alvast een voorproefje: de Goed voor elkaar festivals.

Goed voor elkaar in Den Haag

Xtra welzijn, Welzijn Scheveningen en de gemeente Den Haag organiseren in de maanden september en oktober samen een serie van maar liefst acht wijkevenementen, om het rijke aanbod van de Wmo onder de aandacht te brengen bij de inwoners van Den Haag.

Het 'Goed voor elkaar festival' laat zien wat Den Haag te bieden heeft op het gebied van hulp en ondersteuning en heeft als doel om de (potentiële) doelgroep in Den Haag te informeren, bewust te maken, te motiveren en te activeren.

Per stadsdeel wordt een festival georganiseerd.

Het programma zal telkens bestaan uit informatie en advies, de mogelijkheid tot gesprek, doe-dingen, lokale optredens en horeca. Gezien de stedelijke functie van Kompasie zullen wij op alle acht de festivals vertegenwoordigd zijn. Kom vooral even langs om een praatje te maken en u te laten informeren over ons rijke aanbod.

Voor nu wensen wij u een mooie zomer, uiteraard is ons steunpunt deze periode gewoon geopend en blijft u van harte welkom.

Hartelijke groet,

Jacqueline van den Bos, directeur stichting Kompasie

Nominatie Haagse Hulde



Op woensdag 17 mei reikten de gemeente Den Haag en PEP voor de 16e keer de Haagse Hulde uit, de jaarlijkse prijs voor vernieuwend vrijwilligersbeleid. Het thema dit jaar was: Zorg voor elkaar.

Er wordt een steeds groter beroep gedaan op de zelfredzaamheid van Hagenaars. Het is daarom belangrijk dat mensen elkaar opzoeken en ondersteunen. Door bijvoorbeeld familie of burens te helpen, zodat ze langer zelfstandig thuis kunnen wonen. Of door een luisterend oor te bieden.

Haagse organisaties die werken met vrijwilligers maakten kans op de Gouden Hulde van € 5.000,- of de Zilveren Hulde van € 3.000,-

Kompassie behoorde tot één van de vijf genomineerden, en in de week voor de ontknoping kregen we bezoek van een journalist en een fotograaf. Dit leverde een aardig plaatje op, in woord en beeld, van onze vrijwilliger Menno.

Lees het hele interview op www.denhaagdoet.nl/haagse-hulde.

Uiteindelijk vielen we niet financieel in de prijzen: de Zilveren Hulde werd uitgereikt aan Moeders Informeren Moeders (MIM) en de Gouden Hulde aan Beauty voor de Senior. Gefeliciteerd!

Uit het juryrapport:

"Kompassie is zorgen voor elkaar. Anderen leren op eigen benen te staan, zodat zij later weer anderen kunnen helpen."





Dagje Venlo

Op donderdag 15 juni vertrokken we al vroeg richting Zelfregiecentrum Venlo. Het werd een lange, warme tocht, met zelfs nog een fikse wandeling tot besluit (Blerick-Venlo). Maar uiteindelijk was het een bijzonder geslaagde uitstap.

Dit was de eerste keer dat we onze pilottraining Aandacht voor levenskracht live aan de man gingen brengen. In een 'proeverij' van zo'n 2,5 uur kwamen alle thema's uit de training aan bod en kregen de deelnemers aan deze Train-de-trainer de beoogde doelen en kernboodschappen mee.

Voorop stond het ervaren van het plezier en de energie die deze training kan opleveren.



We hebben geschreven, gedroomd, gespeeld, bewogen, gepuzzeld en gefotografeerd. Totdat we geen pap meer konden zeggen, maar dat was vooral te wijten aan de tropische temperaturen. Tevreden keerden we terug in het Haagse.

Ook interesse? Neem contact op met Miranda Vogel, m.vogel@kompassie.nl of (070) 427 32 40.





Ook dit jaar hebben Ongekend Haags en de Netwerktafels van het Haags Steunsysteem (voorheen: MSS Den Haag) een uitgebreid overzicht opgesteld van activiteiten die gedurende de zomervakantie plaatsvinden in Den Haag en omstreken.

Het volledige overzicht is te vinden op ongekendhaags.nl Bij deze een kleine greep uit het aanbod.

Zomerstek 2017

STEK voor stad en kerk organiseert in de zomermaanden tussen 17 juli en 25 augustus voor de 12e keer Zomerstek:

laagdrempelige activiteiten voor mensen die niet in staat zijn om op vakantie te gaan. Van creatieve en muzikale activiteiten tot wandelingen,

samen eten en lezingen. U kunt telefonisch contact opnemen via (070) 318 1616 of mailen naar info@stekdenhaag.nl

Meer informatie: www.zomerstek.nl



Zomeropenstelling Grote Kerk

De Grote Kerk is t/m zondag 24 september opengesteld voor het publiek. De kerk is vrij toegankelijk. Er zullen tussen 12:45 en 13:15 uur orgelconcerten worden uitgevoerd door studenten van het conservatorium.

Zie de complete agenda op: www.grotekerkdenhaag.nl

Vuurwerkfestival Scheveningen

Twee weekenden lang presenteren verschillende landen prachtige vuurwerkshows voor de kust van Den Haag. Op 11, 12, 18 en 19 augustus zijn er elke avond twee shows te bewonderen, vanaf het strand en de boulevard.

Meer info: www.vuurwerkfestivalscheveningen.nl/bereikbaarheid.

Kijk ook eens op <https://denhaag.com/nl/week>



Documentaire 'Emma wil leven' in het theater



De documentaire 'Emma wil leven' over de laatste weken van Emma (18) die met anorexia leeft, was het best bekeken online programma van 2016. Veel jongeren zagen de documentaire en er werd veel over gesproken.

Wie hem gemist heeft krijgt een herkansing in het theater: vanaf 2019 wordt het verhaal van Emma's strijd ook daar verteld. Dat maakte productiehuis Solo Stories, die ook voorstel-

lingen als Paaz, Ma en Leef op de planken brengen, bekend.

De documentaire van Jessica Villerius laat zien hoe Emma steeds verder wegglijdt in haar strijd tegen anorexia. Ze gaat zelfs naar een kliniek in Portugal om haar ziekte te verslaan, maar komt toch te overlijden.

Vanaf januari 2019 zal dit aangrijpende verhaal ook in de theaters te zien zijn.

Scootmobiel Pool

Voor iedereen die (tijdelijk) wat minder goed ter been is, is er nu de 'leen-scootmobiel'.

De voordelen:

- ♦ U kunt de scootmobiel, na inschrijving, direct gebruiken.
- ♦ U hoeft de scootmobiel niet te onderhouden of te stallen.
- ♦ U hoeft geen eigen bijdrage te betalen. Het lenen van een scootmobiel is gratis.

Wilt u gebruik maken van een leen-scootmobiel? Dan kunt u een afspraak maken voor een intakegesprek bij wijkcentrum de Burcht, Stortenbekerstraat 201, telefoon 070 - 205 26 00.

Meer informatie:

<http://www.zebrawelzijn.nl/volwassenen/scootmobiel-pool>



Vals alarm

In Vals alarm toont Menno Oosterhoff wat er omgaat in mensen met een dwangstoornis.

Hij put daarbij niet alleen uit zijn kennis als psychiater, maar ook uit zijn eigen ervaringen als dwangpatiënt.

De dwangstoornis is vooral bekend als smetvrees of controledwang, maar er zijn veel meer verschijningsvormen: Ongewenste voorstellingen van agressie of seksuele aard, permanente angst een ongeluk te veroorzaken, allergie voor onvolledigheid of het eindeloos herhalen van zetten.

In 'Vals alarm' verweeft Oosterhoff zijn eigen verhaal (hij heeft al veertig jaar een dwangstoornis) met de verhalen uit zijn praktijk.



Vrouwen met autisme

Tot enkele jaren geleden werd gedacht dat autisme typisch iets mannelijks was. Steeds duidelijker wordt dat autisme bij vrouwen en meisjes vrijwel net zo vaak voorkomt. Gemiddeld tot hoogbegaafde vrouwen met autisme zijn echter beter in het camoufleren van hun 'tekortkomingen'.

De problemen die zij ervaren doen echter niet onder voor die van mannen met autisme.

In dit boek komen dertien vrouwen met autisme en een normale tot bovengemiddelde intelligentie aan het woord.

Kompassie op de kaart

Kompassie is een onafhankelijk stedelijk steunpunt, voor iedereen uit Den Haag met een psychische kwetsbaarheid én hun naasten.

U wordt geholpen door ervaringsdeskundige vrijwilligers. Wij willen ons uitgebreide folderaanbod graag actueel houden en informatie ontvangen over jullie activiteiten, zodat we onze bezoekers juist kunnen informeren en verwijzen. Hou ons s.v.p. op de hoogte.

Gelegen in de Haagse binnenstad is Kompassie vanuit alle richtingen zeer goed bereikbaar.

Laan 20 bevindt zich vrijwel op de hoek, direct naast het politiebureau aan de Jan Hendrikstraat.

De dichtstbijzijnde halte van het openbaar vervoer is Grote Markt. Hier stoppen tram 6, Randstadrail 2, 3 en 4 evenals bus 25 en 130.

Loop gerust eens binnen en u wordt verwelkomd met een kop koffie of een kop thee.



**stichting Kompassie
Laan 20
2512 GN Den Haag**

**T (070) 427 32 40
E info@kompassie.nl**

Voor meer informatie kunt u terecht op onze website:

www.kompassie.nl



**U bent van harte welkom van
maandag t/m vrijdag 10:00 - 16:00 uur**