

Van: Trendbreuk Zuid-Limburg <trendbreuk@ggdzl.nl>

Verzonden: dinsdag 3 juni 2025 13:41

Aan: BDN Griffie-BDN <griffie@beekdaelen.nl>

Onderwerp: Week van de Mentale Gezondheid: Samen in actie, het hele jaar door

Trendbreuk weekly - 3 juni 2025

[Lees de nieuwsbrief online](#)



Week van de Mentale Gezondheid: Samen in actie, het hele jaar door



Beste lezer,

Van 2 t/m 7 juni is het de Week van de Mentale Gezondheid. In Zuid-Limburg besteden we hier extra aandacht aan, maar we blijven het hele jaar door met dit thema bezig. Graag lichten wij een paar actuele initiatieven uit:

Webinar mentale gezondheid pubers

Aankomende donderdag 5 juni vindt het webinar 'Stress, somberheid en angst bij pubers; wat is (niet) normaal?' plaats. Het webinar is een samenwerking tussen 3 CJG's in Zuid-Limburg en JOGG. In dit webinar deelt Mark Meijer, preventiemedewerker bij Mondriaan, zijn kennis en ervaring over de mentale gezondheid van pubers. Hij legt uit hoe je als ouder kunt herkennen dat je puber niet lekker in zijn of haar vel zit en wanneer dat wel of juist niet normaal is. Ook is er ruimte om vragen te stellen.

Het webinar duurt van 20.00 tot 21.00 uur en aanmelden kan via [deze link!](#)

Dialogsessie: mentale gezondheid jongeren en jongvolwassenen

Op 22 mei kwamen ruim 100 jongvolwassenen en professionals samen op het Vista College in Heerlen. Ze spraken met elkaar over mentale gezondheid, op initiatief van GGD Zuid-Limburg. De belangrijkste boodschap van de dag? Luister

naar jongvolwassenen! De middag markeerde het begin van verdere samenwerking: mét, door en voor jongeren en jongvolwassenen.

Gezondheidspanel

Het Gezondheidspanel van GGD Zuid-Limburg bestaat uit inwoners van de 16 gemeenten in de regio Zuid-Limburg. Het Gezondheidspanel beantwoordt een paar keer per jaar een aantal korte vragen. Binnenkort verschijnen de nieuwste resultaten. Zuid-Limburgers deelden hoe ze omgaan met uitdagingen, bij wie ze steun zoeken en voor wie ze zelf klaarstaan. Iedereen krijgt weleens te maken met lastige momenten. Dat is heel normaal in een drukke samenleving waarin veel van ons wordt gevraagd. Dit panelonderzoek geeft waardevolle inzichten in hoe mensen in Zuid-Limburg mentaal in balans blijven en elkaar ondersteunen.

Houd de [Gezondheidsatlas GGD Zuid-Limburg](#) in de gaten voor de resultaten!

Programmamanagement Trendbreuk Zuid-Limburg



[Aanmelden nieuws](#)
[Trendbreuk](#)

[Profiel wijzigen](#) -
[Afmelden](#)

