

WELKOM

Je mag  
alles vragen

# STIP

INFORMATIEPUNT  
GOOISE MEREN

*alle kennis handig op 1 plek*



Voeding



Ontspanning



Bewegen & Sport



Zingeving



Verbinding

*loop gewoon bij ons binnen*

## Kom langs bij het Steun- en Informatiepunt Gooise Meren

Het Steun- en Informatiepunt Gooise Meren (STIP) is hét centrale punt waar u terecht kunt met al uw vragen rondom (mentale) gezondheid, sport, bewegen, cultuur of welzijn.

Tijdens het wekelijks inloopspreekuur staan zorgprofessionals voor jong en oud klaar en geven gratis en begrijpelijk advies. Zij weten waar u het beste hulp kan vinden die bij u past.

### Waarom het STIP?

Gezondheid en u goed voelen draait niet alleen maar om het niet roken, matig zijn met alcohol, bewegen en ontspannen. Het gaat bijvoorbeeld ook over of u gelukkig bent of juist

eenzaam, of u kunt deelnemen aan het sociale leven, of u zich veilig voelt en of u de normale dagelijkse dingen kunt blijven doen. Als er op een van deze gebieden iets niet lekker loopt, kan dat bijvoorbeeld leiden tot mentale en fysieke klachten.

De zorgprofessionals bij het STIP willen u helpen bij alle vragen die u misschien heeft rondom deze onderwerpen, om ervoor te zorgen dat u lekker in uw vel komt te zitten.

*Het STIP is ontstaan in samenwerking met gemeente Gooise Meren en verschillende zorg- en sportorganisaties.*



## Tip en verwijkskaart



.....



.....

.....



Ga naar [stipgooisemer.nl](https://stipgooisemer.nl)  
voor de locaties en extra informatie