



ACTIVITEITENAANBOD

LESS DEPRESS | WEBINAR

Het is duidelijk dat er grote zorgen zijn over het mentale welzijn van jongeren tijdens deze coronacrisis. Uit onderzoek van de Nederlandse GGZ blijkt dat jongeren meer stress ervaren en meer dan ooit last hebben van depressieve klachten. Andere onderzoeken tonen aan dat jongeren zich minder gezond voelen en vaker last hebben van angst en somberheid door de coronamaatregelen.

De impact is groot. Veel ouders maken zich dan ook (terecht) zorgen om de mentale gezondheid van hun zoon of dochter.

In samenwerking met METGGZ organiseert het Centrum voor Jeugd en Gezin Midden-Limburg (CJG-ML) het webinar Less Depress, waarin we ouders informeren over de gevolgen van de coronacrisis voor jongeren. Wat is het effect van de coronamaatregelen op het puberbrein? Hoe kun je depressie signaleren bij jongeren en welke stappen kun je als ouder zetten om jouw kind te helpen?

Tijdens dit webinar bespreken we onder andere de volgende thema's:

- De coronacrisis en de mentale gezondheid van jongeren
- Puberteit en mentale gezondheid
- Wat helpt jongeren in deze coronatijd?
- Dipje of depressie?
- Wat kun je als ouder doen?

met ggz

de kortste lijn naar herstel



**centrum voor
jeugd en gezin**
midden-limburg

LESS DEPRESS

03 juni 2021

20.00 tot 21.30 uur

Aanmelden kan [hier](#), of via de link op [onze website](#).

**GRATIS
WEBINAR**



Schrijf je nu in om het webinar te kunnen bekijken. Je ontvangt een bevestiging van je registratie per e-mail. Je kunt het webinar volgen vanaf je laptop, tablet of smartphone.

Opvoeden doe je niet alleen!