

UPS & DOWNS

Het doel van Ups & Downs vzw is om zowel de patiënten als hun partners en familieleden te begeleiden en te ondersteunen bij het omgaan met de bipolaire (of manisch-depressieve) stoornis en depressie.

Het is vooral het **lotgenootschap** dat de werking van Ups & Downs zo uniek maakt. Om het met de woorden te zeggen van Maaïke Cafmeyer - actrice en meter van Ups & Downs - in een interview met de Standaard: "Zo'n organisatie is goud waard."

Onze **regionale praatgroepen** organiseren **maandelijkse bijeenkomsten** in steden over heel Vlaanderen verspreid, waar ook familie en vrienden welkom zijn. Tijdens die bijeenkomsten leren we van elkaars ervaring en kennis. Herstel, veerkracht en positief denken staan daarbij voorop. Regelmatig nodigen we ook gastsprekers uit die ons informeren over actuele thema's.

Alle informatie over het programma en de contactgegevens van de praatgroepen vind je op www.upsendowns.be.

Ups & Downs vzw wordt gedragen door **vrijwilligers**, waarvan de meesten ervaring hebben met bipolariteit of depressie. Bij ons kun je terecht voor ervaring uit de eerste hand en een luisterend oor.

Sterk met bipolariteit en depressie

FORUM UPS & DOWNS

18^e editie

Zaterdag, 12 oktober 2024

VORMINGSCENTRUM GUISLAIN TE GENT

Sterk met bipolariteit en depressie



Je kunt lid worden van Ups & Downs vzw

door storting van 20 euro op
rekening BE58 4280 1159 6179

Ups & Downs vzw
met vermelding van 'lidgeld' en
toevoeging van naam,
postadres en e-mailadres.

Ups & Downs vzw
Vereniging voor personen met
een bipolaire stoornis
of depressie en hun omgeving

p/a Tenderstraat 14, 9000 Gent
www.upsendowns.be
info@upsendowns.be
www.facebook.com/upsendowns.be

Maaïke Cafmeyer, actrice,
is meter van Ups & Downs vzw.

Ups & Downs vzw:
Vereniging voor personen met een
bipolaire stoornis of depressie
en hun omgeving

PROGRAMMA

13.00 uur

Onthaal en registratie

13.30 uur

Opening door **Patrick Colemont**, moderator

13.40 uur

Welkom door **Rebecca Müller**, voorzitter
Ups & Downs vzw

13.50 uur

Tatjana Gauwloos, klinisch psychologe, cognitief
gedragstherapeute en onderzoeker verbonden aan
UPC Duffel en de Universiteit van Antwerpen:
*Evenwichtskunst in bipolaire wateren: Surfen met
contra-gedrag*

14.30 uur

Jeroen Kloet, Nederlandse psychiater 'met een
wiebelige geest':
*De weg van de cliënt, hoe vind ik mijn pad naar
passende zorg voor mijzelf*

15.30 uur

Pauze

16.00 uur

Interview met **Mathias Vergels**, acteur en zanger,
over zijn diagnose van bipolariteit in zijn jeugd.
Mathias bracht als ambassadeur van Te Gekl?
de theatervoorstelling 'Het komt voor in de beste
families' naar het boek van Similes.

16.40 uur

Uitreiking van de **jaarlijkse Ups & Downs Prijs**
door **Maaïke Cafmeyer**, actrice en meter van
Ups & Downs

17.00 uur

Afsluiting en receptie met borrelhapjes



INSCHRIJVEN

Via www.upsendowns.be.

Deadline inschrijving: zondag 6 oktober 2024.

DEELNAMEPRIJS

- € 20 (per persoon) voor leden van Ups & Downs (ledentarief geldt voor heel het gezin)
- € 20 voor leden van andere patiënten- en familie-organisaties (Similes, UilenSpiegel, OPGanG, Funambule, Plusminus (NL), Anoiksis (NL)) en ook studenten
- € 30 voor niet-leden
- € 60 voor professionelen

LOCATIE

Vormingscentrum Guislain
Jozef Guislainstraat 43
9000 Gent

2e inrijpoort nemen

(Neem bus 9a richting Wondelgem station aan de halte Meersstraat. De Meersstraat ligt links als je uit het station komt. De rit duurt ongeveer 16 minuten. Uitstappen aan halte Guislainbrug.)

MEER INFORMATIE

www.upsendowns.be

info@upsendowns.be

www.facebook.com/upsendowns.be

X: @UpsendownsBe