

Deel je ervaring:

Schrijfworkshop voor naasten

'Stop je gevoelens niet weg en schrijf je ervaring'

Vanwege groot succes bieden we via www.naasteninkracht.nl nogmaals een schrijfworkshop aan om je ervaring op te schrijven. Zo zet je jezelf centraal en geef je jouw ervaring een plek. Deze workshop, speciaal voor naasten van mensen met een psychische kwetsbaarheid, helpt daarbij.

Praktische informatie

Wanneer

Zaterdag 20 april van 13.00 – 17.00

Waar

PGO support, Daltonlaan 600 te Utrecht

Wie

De workshop is voor naasten (partners, kinderen, ouders, broers, zussen en goede vrienden) van mensen met een psychische kwetsbaarheid.

Kosten

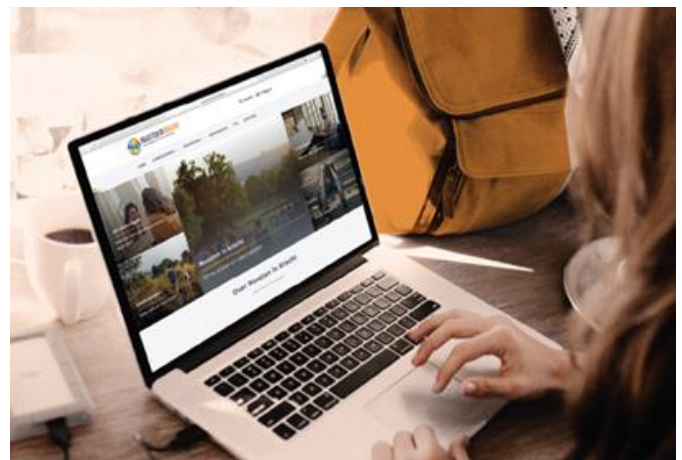
€50,- en we betalen daarvan €25,- als je bereid bent om je ervaring te delen op www.naasteninkracht.nl

Heb je interesse?

Stuur een mail aan Marloes Martens van bureau ResCon via m.martens@rescon.nl of bel naar 023-5310015 om je interesse kenbaar te maken.

Trainers

Monique Engelbertink (www.ervaringsverhalen.nl) en Sandra Frölich (www.schrijfkompas.nl)



Aanpak

In de workshop ga je aan de hand van een aantal centrale vragen aan de slag met het schrijven van een kort ervaringsverhaal. Ook leer je tips uit je ervaringen te halen. De trainers bieden je hierbij praktische handvatten en ondersteunen je stap voor stap.

De volgende vragen staan centraal

- | | |
|-----------|--|
| Situatie | Wat is je situatie? Wat is de relatie tot je naaste? |
| Probleem | Waar liep je tegenaan in het contact? Wat hielp je (soms)? |
| Aanpak | Hoe heb je het aangepakt? Wat heb je (anders) gedaan |
| Resultaat | Wat veranderde er? |

Naasten in Kracht is een samenwerkingsproject van de ADF Stichting, Caleidoscoop, Depressie Vereniging, Impuls en Woortblind, Kamer Familieraden, Labyrint-In Perspectief, Plusminus, Stichting Borderline, Stichting Zelfbeschadiging, en Ypsilon.