

Inloophuis de Boei

Training: Schrijven helpt



Beter voor elkaar



Inleiding

Na de behandeling van kanker hebben mensen veel vragen, over zichzelf, over hun toekomst en de zin van het leven. Deze mensen hebben door hun ziekte bijvoorbeeld een gevoel van eenzaamheid of angst voor de dood, of ze voelen zich machteloos en onzeker. In deze periode kan het helpen om alles op te gaan schrijven en te bekijken hoe u het leven weer positief wil gaan oppakken. Om dit te doen hebben wij de training 'schrijven helpt' opgezet. Mensen vinden het soms moeilijk om over grote levensvragen na te denken. Door over uw eigen leven te schrijven, kunt u uw gedachten op een rijtje te zetten

Wat is de training 'schrijven helpt'?

De training helpt u in het schrijven van uw eigen levensverhaal. Waar u goed in bent, hoe u uw leven leeft, en hoe u uw leven geleefd heeft tot nu toe. Hierbij gaat het niet om de feiten van uw leven, maar juist meer om dingen die u belangrijk vindt. Op deze manier leert u om te kijken wat er echt toe doet in uw leven: dit noemen we ook wel uw spiritualiteit.



Spirualiteit

Spiritualiteit is een persoonlijke ervaring. Het kan van alles zijn: ervaringen in relaties, in de natuur, in het werk, in een bepaalde gedachte, of in een bijzonder gevoel. Spiritualiteit is kort gezegd de ervaring van alles wat het dagelijks leven overstijgt.

De training wordt gegeven aan groepen van maximaal acht personen. De bijeenkomsten duren 2 uur en vinden iedere twee weken plaats. Na zeven bijeenkomsten kunt u vanaf een afstandje naar uw eigen leven kijken. U heeft uw eigen geschreven levensverhaal in handen. Dit levensverhaal is een overzicht van wat u belangrijk vindt en vormt grip bij toekomstige vragen en keuzes in het leven.

Bent u geïnteresseerd?

U kunt meedoen aan de training als er minstens een half jaar geleden is ontdekt dat kanker heeft. U hoeft geen ervaren schrijver te zijn. Ook als u nog nooit een verhaal hebt opgeschreven kunt u meedoen aan de training. Als u aan de training mee wilt doen, kunt u zich aanmelden via de adressen aan de achterkant van deze folder. U ontvangt dan een uitnodiging voor een kennismakingsgesprek met de trainer. De trainer legt uit wat de training inhoudt en bespreekt met u of u kunt deelnemen.

Wie zijn wij?

De training wordt gegeven in
Inloophuis De Boei
Weimansweg 70 – 72
3075 MP Rotterdam
010 2152855
info@inloophuisdeboei.nl
(te bereiken met tram 25, bus 76 of 77
parkeren gratis)

De trainer is:

drs. Lida Tamminga,
geestelijk verzorger van het
Ikazia Ziekenhuis Rotterdam
010 2975286
ah.tamminga@ikazia.nl

Wanneer?

Steeds op maandagmiddag
van 13.30 uur tot 15.30 uur:
3 en 17 februari, 2, 16, 30 maart
20 april, 4 mei

Informatie of aanmelden?

Bij de Boei:
Email: joke@inloophuisdeboei.nl
Bellen: 010 2152855 (vragen naar
Joke van de Hoek of Saskia den Uijl)

Bij Ikazia:
Email: ah.tamminga@ikazia.nl
Bellen: 010 2975286

Kosten?

De kosten zijn € 25, – voor de hele serie



Let op: In deze folder staat informatie die belangrijk is voor u. Heeft u moeite met de Nederlandse taal? Lees deze folder dan samen met iemand die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

Please note: This leaflet contains information that is important for you. If you have trouble understanding the Dutch language, you should read this leaflet together with someone who can explain the information or translate it for you.

Dikkat: Bu broşür sizin için önemli bilgiler içerir. Hollandaca okumakta zorlanıyor musunuz? O zaman broşürü bilgileri sizin için çeviren ya da açıklayan biriyle okuyun.

Uwaga: Ta ulotka zawiera ważne dla Ciebie informacje. Masz trudności ze zrozumieniem języka holenderskiego? Przeczytaj tę ulotkę razem z kimś, kto przetłumaczy jej treść lub będzie w stanie wyjaśnić zawarte w niej informacje.

انتبه: هناك معلومات مهمة بالنسبة لك في هذا المنشور. هل تواجه صعوبة في اللغة الهولندية؟ اقرأ إذن هذا المنشور مع شخص آخر يترجم أو يشرح لك المعلومات.