

'Winst bij verlies'

Beter ondersteunen en begeleiden bij verlies.



**Edufit, Graaf Florisweg 30, 2805 AL Gouda
tel: 0182 - 519292, www.edufit.nl, info@edufit.nl**

Wil je meer regie over jouw eigen leven?

Edufit is een bureau met als missie: inspireren, stimuleren en ondersteunen van particulieren, professionals, en organisaties op het gebied van Educatie, Bewegen en Gezondheid. Daarom organiseren wij in onze accommodatie nabij het centrum van Gouda, persoonlijke inspiratieworkshops.

Persoonlijke inspiratieworkshops

De inspiratieworkshops zijn bedoeld voor iedereen die meer regie over zijn eigen leven wil krijgen en zijn efficiëntie, effectiviteit of werkplezier wil vergroten.

Workshop: ‘Winst bij verlies’ Beter ondersteunen en begeleiden bij verlies.

Ieder krijgt in zijn of haar leven te maken met verlies. Zelf of in je naaste omgeving. Dit verlies kan te maken hebben met overlijden van een dierbare, maar ook met verlies van lichamelijke of geestelijke capaciteiten door ziekte of ongeval, verlies van een partner door scheiding of verlies van arbeid door ontslag of arbeidsongeschiktheid. Verlies dringt diep door in je bestaan en heeft effect op vele aspecten in je leven en in dat van je omgeving.

Ieder reageert op zijn of haar eigen wijze op verlies. Dit hangt onder meer samen met de achtergrond van de persoon, de sociale omgeving en stijl van verwerking. We weten dat het verwerken van een verlies makkelijker gaat wanneer iemand vanuit zijn omgeving de juiste ondersteuning krijgt.

Deze workshop is bedoeld voor mensen die in hun omgeving te maken hebben met iemand die verlies heeft doorgemaakt.

In deze workshop maak je kennis met diverse stijlen van verwerking. Herkennen en erkennen van verliesverwerking geeft je meer in handen om de ander te kunnen ondersteunen.

Wanneer je een ander helpt, help je ook jezelf. Je gevoel van eigenwaarde kan omhoog gaan en je banden met de mensen in je omgeving worden waardevoller.

Doelen

Na afloop van de workshop kunnen de deelnemers:

- stijlen van verliesverwerking herkennen en benoemen
- interventies bij verlies benoemen die aansluiten bij de verschillende verwerkingsstijlen
- in hun ondersteuning aansluiten bij de stijl van verwerking en de behoefte aan ondersteuning van diegene die verlies heeft geleden

Programma

- Introductie
- Kennismaking
- Verlies en coping
- Wat kan ik doen voor de ander?
- Hoe kan ik toch ondersteunen bij een stijl die mij niet ligt?
- Afsluiting

Visie op opleiden en leren

De workshop is opgebouwd volgens het lesconcept van activerend opleiden. Daarnaast wordt bij de keuze van de werkvormen rekening gehouden met de verschillende soorten intelligenties. Hierdoor is de workshop afwisselend en interactief, en heb je voldoende mogelijkheden om de informatie toe te passen.

Groepsgrootte

De minimale groepsgrootte is 5 personen. Maximaal kunnen 15 personen deelnemen. Van de deelnemers wordt een actieve deelname verwacht.

De docente/trainer

De workshop wordt gegeven door Nicolien van Rooij. Nicolien van Rooij is trainer in de gezondheidszorg. Haar aandachtsgebied is communicatie en psychosociale hulpverlening.



Vanuit ervaring en persoonlijke interesse heeft ze veel kennis opgebouwd met betrekking tot begeleiden bij verlies. “Iedereen kan een ander steunen”, is haar motto. Met haar enthousiasme neemt ze je mee in de wereld van ondersteuning bij verlies.

Locatie en bereikbaarheid



De workshop wordt gegeven bij Edufit in Gouda. De bereikbaarheid van de locatie is uitstekend: Gouda Centraal Station bevindt zich op 5 min loopafstand.

Met de auto kun je vanaf de A12, de A20, de N11 en de N207 de accommodatie in 8 minuten bereiken. Edufit heeft 8 parkeerplaatsen op eigen terrein waar je gratis kunt parkeren. Mochten deze parkeerplaatsen bezet zijn, kun je betaald parkeren op twee grote parkeerterreinen in de directe omgeving.

Inschrijven en betalen

Je kunt je inschrijven via het inschrijfformulier op de website. De kosten voor deze workshop zijn **€ 125,00**. Dit bedrag is inclusief 19 % btw, materialen en koffie/thee. Na afloop van de workshop ontvang je een factuur. De workshop kan ook in-company worden gegeven.

Contact

Voor aanvullende informatie kun je contact opnemen met Lia Bijkerk op 0182-519292 of via e-mail: l.bijkerk@edufit.nl