



| | |
|-------------------|---------------|
| woensdag 20 maart | 10.15 – 11.45 |
| woensdag 27 maart | 10.15 – 11.45 |
| woensdag 3 april | 10.15 – 11.45 |
| woensdag 17 april | 10.15 – 11.45 |

Wachtlijstgroep

U staat op de wachtlijst voor een behandeling bij Prisma Psychologie. U wilt graag zo snel mogelijk geholpen worden, vooral als het niet goed met u gaat. Op de wachtlijst staat u niet alleen, er zijn meer wachtenden.

Natuurlijk hoopt u dat de start van de behandeling een positieve verandering gaat brengen in uw leven. Naast behandeling is de ervaring dat peer support (gelijkgestemden ondersteuning) erg werkzaam en aanvullend kan zijn. Door met gelijkgestemden in gesprek te zijn is de ervaring dat men steun, (h)erkenning en hoop ervaart. Vandaar dit aanbod voor mensen die op de wachtlijst staan.

In 4 bijeenkomsten op de woensdagmorgen bent u welkom in de zogeheten wachtlijstgroep. Hier kan u delen hoe het met u gaat, samen met anderen onderzoeken wat u tot steun kan zijn, in uw eigen omgeving of breder in wat er in (in de omgeving van) Zwolle aan mogelijkheden voor u zijn.

De bijeenkomsten worden gefaciliteerd door twee zorgprofessionals met ervaringsdeskundigheid: Sander Bartels (Nexus) en Gabriëlle Bos. Wat u deelt met de anderen blijft onder ons én u bent helemaal vrij in wat u vertelt (niks is ook goed 😊).

Globale inhoud:

Er is aandacht voor 3 'cirkels' en die komen elke bijeenkomst terug.

- Zicht op eigen kracht/mogelijkheden
- Bestaande hulp in beeld
- Hulp uitbreiden

1. Hoe is het (nu) met u? Wat gaat er/ doet u (al) goed. Wat kan u doen om een klein stapje vooruitgang te realiseren. Voor vandaag, voor de langere termijn?
2. Wie zijn er om u heen? Wat doen ze waar u wat aan hebt (en kunnen ze daar meer van doen?) Waar zouden ze mee kunnen stoppen waardoor ze u beter helpen? Wat kunnen ze nieuw of anders doen?
3. Uitbreiden van de groep om u heen. Welke mogelijkheden heeft u? Welke mogelijkheden zijn er in uw omgeving? Dus ook met elkaar de mogelijkheden in (de omgeving van) Zwolle verkennen, van moestuinen tot schilderateliers tot lotgenotencafés et cetera)

Tijd: Inloop 10 uur, start 10.15 uur, einde 11.45 uur.

Prisma Psychologie

Burg. Drijbersingel 51, 4e verdieping

8021 JB Zwolle

06 41 34 80 89

www.prismapsychologie.nl