

# HERSTELBUREAU



## Thema avond voor Naasten

Ga in gesprek met andere naasten

THEMA AVOND

# Thema avond voor Naasten

Als naaste b n je er: voor je kind, je ouder of een andere dierbare. Je doet dat vanuit liefde, betrokkenheid of omdat je vindt dat dat zo hoort. Dat kan veel voldoening geven, maar soms ook zorgen of verdriet. Hoe ga je daarmee om? Hoe zorg je ervoor dat je voldoende energie hebt om 'er te zijn' voor je dierbare? Hoe zorg je voor jezelf? Waar krijg jij energie van? Waar loop je tegenaan? Wie is er voor jou? Stuk voor stuk vragen waarover we met elkaar in gesprek gaan tijdens deze workshops.

## Voor wie

De thema avonden zijn ontwikkeld voor naasten van mensen die bij HVO-Querido ondersteuning krijgen en voor naasten van mensen in een kwetsbare positie die meer willen weten over herstel en wat dat voor hun eigen dagelijkse leven kan betekenen.

## Door wie

Twee facilitators van het Herstelbureau van HVO-Querido organiseren de thema avonden voor naasten. Zij weten uit eigen ervaring hoe het is om een herstelproces door te maken en hebben ruime ervaring in het ondersteunen van herstelprocessen bij anderen.

## Inhoud

Tijdens de thema avonden verkennen we samen door middel van gesprek en andere werkvormen wat jou op dit moment helpt om met de situatie van je naaste om te gaan. Door jouw behoeftes op een rijtje te zetten, krijg je handvatten om verder te gaan. Dit doe je door samen te praten over onderwerpen zoals keuzes, rollen, steun en opkomen voor jezelf.

De thema avonden worden meerdere keren per jaar georganiseerd en staan los van elkaar. Iedereen is welkom om bij elke workshop aanwezig te zijn.

## Aanmelding

Stuur een mail naar:  
[herstelbureau@hvoquerido.nl](mailto:herstelbureau@hvoquerido.nl)  
Aan de thema avonden zijn ge en kosten verbonden.

Herstelbureau - HVO-Querido  
Eerste Ringdijkstraat 5A  
1097 BC Amsterdam  
T: 020-2195168

Bekijk ons actuele aanbod hier:

