

Datum:

zaterdag 1 juni 2024

Locatie:

Landgoed Hezenberg

Hezenberg 6, 8051 CB Hattem

Shuttlebus vanaf station Zwolle:

Kom je met openbaar vervoer en reis je via station Zwolle? Dan kan je gebruik maken van een shuttlebus die je rechtstreeks vanaf het station naar Landgoed Hezenberg brengt. Wil je hiervan gebruik maken? Laat dit dan weten bij het aanmelden.

Aanmelden:

Stuur een e-mail vóór 20 mei naar info@kenniscentrums.nl waarin je ook je voorkeur voor de workshops doorgeeft. Gegevens worden alleen gebruikt om je te informeren over deze publieksdag.

Kosten:

2 workshops, lunch, koffie.thee
10 euro p.p.

Website:

Meer informatie op: [de cluster C](https://www.kenniscentrums.nl)
- Kenniscentrum Persoonlijkheidsstoornissen ([kenniscentrums.nl](https://www.kenniscentrums.nl))

Programma:

12:00 – 13:00 uur Inloop met lunch

12:05 – 13:05 uur Welkom

13.05 – 14:00 uur Plenair

14:30 – 15:15 uur Workshopronde

15:45 – 16:30 uur Workshopronde

16:40 – 17:00 uur Afsluiting



publieksdag
cluster C
1 juni 2023

publieksdag cluster C

1 juni 2024

Heb jij een vermijdende, afhankelijke of dwangmatige persoonlijkheidsstoornis? Heb je nog geen diagnose maar herken je je hierin? Of heb je een partner, vriend of familielid met een Cluster C persoonlijkheidsstoornis? Op 1 juni is er een nieuwe Cluster C publieksdag, waar je meer kan leren over Cluster C en de behandelmethoden, en ervaringen kan uitwisselen met lotgenoten.

Triade Cluster C

De Triade- Cluster C is een samenwerking van cliënten, naasten en professionals. Wij streven naar een grotere bekendheid van Cluster C zodat mensen zich eerder hierin kunnen herkennen en een goede behandeling kunnen krijgen. Onze publieksdagen zijn er voor iedereen die meer wil weten over Cluster C.

Thema 'zingeving'


Binnen deze publieksdag staat het onderwerp 'zingeving' centraal. Aandacht voor zingeving in de behandeling maar zeker ook in de periode erna wordt door zowel cliënten als naasten heel belangrijk gevonden. Maar wat is zingeving eigenlijk? En is zingeving voor iedereen hetzelfde? Kan zingeving je helpen om te gaan met je klachten? Binnen het plenaire deel gaan we hier dieper op in. Ook in de workshops zal er aandacht zijn voor het thema zingeving.

Informatiemarkt

Voorafgaand aan het plenaire deel en tijdens de pauzes is er de mogelijkheid om op de informatiemarkt meer te weten te komen over de behandelingen die er zijn.

De workshops

Er zijn in totaal zeven workshops. Er komend verschillende onderwerpen aan bod.

Geef bij het aanmelden je voorkeur aan van 1 tot en met 3 (1 eerste voorkeur, 3 laatste voorkeur) 



Stiltewandeling

Ontdek een moment van rust en bezinning tijdens deze stiltewandeling. Deze workshop biedt je de mogelijkheid om in stilte te wandelen en te reflecteren. Onze ervaren gids zal je tijdens de wandeling voorzien van inspirerende suggesties en vragen om over na te denken. Dit helpt je om inzichten te verkrijgen en nieuwe perspectieven te ontdekken met betrekking tot jouw persoonlijke zoektocht naar zingeving.

Beeldende therapie

Deze workshop biedt deelnemers de mogelijkheid om door middel van kunstzinnige expressie dieper inzicht te krijgen in de persoonlijke zoektocht naar zingeving. Onder begeleiding van een ervaren beeldend therapeut ga je aan de slag met verschillende materialen en technieken.

Dagelijkse zingeving

Het klinkt groots en meeslepend. Waarom ben ik op deze aardbol? Wat is mijn levensdoel? Wat betekenen ik voor de mensheid? We kunnen een heel leven zoeken naar antwoorden, maar zo ingewikkeld hoeft het niet te zijn. Eigenlijk zou zingeving moeten beginnen met de vragen: Waar word ik blij van? Wat geeft mij energie? Wat heb ik nodig, gewoon nú, op dit moment? Daarover gaat deze workshop.



Werk en zingeving

Ben je op zoek naar een diepere betekenis in je werk? Is werk voor jou een bron van zingeving? Hoe vind je de juiste balans? Hoe open wil je zijn over de door jou ervaren problemen. Is het helpend of werkt het juist tegen je? Deze workshop biedt de mogelijkheid om deze vragen en meer te verkennen.

Mindful bewegen

In contact met je lichaam
Vaak ben je zo met je hoofd bezig, pieker je over je problemen of werk je hard aan een oplossing, dat je je nauwelijks bewust bent van hoe je lichaam aanvoelt. Je lichaam geeft je veel informatie over wat voor jou belangrijk is, wat goed voelt en wat niet. In deze workshop focussen we op wat ons lichaam ons vertelt en hoe we ons goed in ons vel kunnen voelen.

Lotgenotencontact cliënten

Ja! Dat herken ik! Het is soms zo fijn als iemand je snapt, of dat je jezelf in iemand herkent. Daarom bieden we deze publieksdag de mogelijkheid om met elkaar in contact te komen. Er is een gespreksleider maar geen therapeut. Je hoeft ook niet persé iets te zeggen, soms is alleen luisteren naar anderen ook genoeg om te weten dat je niet alleen bent.

Lotgenotencontact naasten

Cluster C Persoonlijkheidsstoornissen kunnen ook invloed hebben op naasten, zoals partners, ouders, kinderen, broers/zussen, collega's. In deze workshop staan we stil bij wat het effect is op naasten, hoe het gedrag te begrijpen, wat je als naaste mogelijk wel en niet kan doen.