

Centrum Ontmoeting in Levensvragen (COiL)

Contact met Centrum Ontmoeting in Levensvragen

Voor meer informatie kun je terecht op:

Website www.ontmoetinginlevensvragen.nl

Wil je je aanmelden voor gesprekken of een gespreksgroep of denk je er over om vrijwilliger te worden neem dan contact met ons op:

Telefoon **06 - 34 77 87 98**

E-mail info@coil-net.nl

Centrum Ontmoeting in levensvragen
is onderdeel van Sterker sociaal werk

sterker
sociaal werk

Sterker sociaal werk
www.sterker.nl
088-00 11 333
info@sterker.nl

maart 2020



In gesprek gaan over dat wat je bezighoudt. Hoe je daarin je weg vindt en hoe je het leven leeft met zorgen, een lach, dankbaarheid, met levenslust en levenslast. Die mogelijkheid is er bij het Centrum Ontmoeting in Levensvragen.

Het COiL

Hoe verschillend mensen ook zijn, ieder kent wel de ervaring dat je dagen, weken, soms maanden met iets rondloopt dat je graag met een ander wilt bespreken: ervaringen die je onrustig maken; keuzes die je wilt of moet maken in werk, wonen, opvoeding of gezondheid; dingen waar je verdrietig, boos, beschaamd over bent, waar je niet los van kunt komen; zaken als ziekte, verlies, de loop der dingen waarin je je weg moet zoeken gevoelens van eenzaamheid, betekenisloosheid, niet verbonden zijn; beperkingen, de balans van het leven of het naderend levenseinde.

Aanbod COiL

Onze (getrainde) vrijwilligers nemen de tijd om je te ontmoeten en met je in gesprek te gaan. Hun luisterend oor en betrokkenheid kun je ervaren in:

Individuele gesprekken

Wil je graag je verhaal doen?

Samen met iemand onderzoeken wat voor jou van belang is als het gaat over het maken van keuzes over bijvoorbeeld werk, wonen, opvoeding, relaties, gezondheid of het levenseinde? Dat kan bij het COiL.

Na een kennismakingsgesprek zullen we zoeken naar een goede match met een getrainde vrijwilliger. Vervolgens kun je in gesprek specifieke levensthema's of levensvragen onderzoeken.

Mark (35): "Ik moet belangrijke afwegingen tussen werk, sport en privé maken. Vrijwilliger Frank biedt mij ruimte om in alle openheid alles wat daarmee samenhangt te bespreken."

Samen jouw levensboek opmaken

Een getrainde vrijwilliger kan samen met jou verhalen uit jouw leven opschrijven in een boekje of een brief voor jezelf of voor je naasten. Dit om jouw levensverhaal vast te leggen. Bijvoorbeeld om tot een beter begrip te komen waarom de dingen gelopen zijn zoals ze liepen, om iets aan anderen te vertellen wat je moeilijk vindt of om iets na te laten voor je dierbaren.

Mevrouw Otten (85): "In mijn lange leven is veel gebeurd, mijn achterkleinkinderen vinden het fijn de verhalen te bewaren. Samen met een vrijwilliger van het COiL werk ik aan 'verhalen uit mijn leven'. Terugkijkend en vertellend krijgen keuzes en gebeurtenissen opnieuw betekenis."

Gespreksgroepen

In de gespreksgroepen staat verdieping en ontmoeting centraal. Met elkaar staan we stil bij levensthema's die ons bezighouden en komen we op verhaal bij elkaar. We spreken over dingen die we moeilijk vinden, of waar we juist geluk, steun en betekenis uit halen

Er zijn verschillende gespreksgroepen voor verschillende doelgroepen in verschillende delen van Nijmegen. Neem contact met ons op voor meer informatie.

Mevrouw Arends (68): "Ik geniet van mijn pensioen, maar de laatste paar maanden spelen gebeurtenissen uit mijn vroegere werk op en de (ernstige) ziekte van een goede vriendin houdt me erg bezig. Ik ben onrustig. In de gespreksgroep kom ik anderen tegen die gelijkaardige ervaringen hebben. Het is fijn, leerzaam en troostend om de verhalen te delen."

Interactieve lezingen en verdiepende workshops

Lezingen op het snijvlak van welzijn, gezondheid, zingeving, kunst en spiritualiteit. De inhoud van het lezingenprogramma staat op onze website.