“Samen met de vrijwilliger werk ik aan verhalen uit mijn leven.”

Meer informatie

Voor meer informatie, om vrijwilliger te worden of om je aan te melden kun je terecht op:

www.ontmoetinginlevensvragen.nl

of neem contact op per mail: **info@coil-net.nl of** telefoon: **06 - 34 77 87 98**

Het COiL is onderdeel van Sterker sociaal werk

sterker
Centrum Ontmoeting in Levensvragen

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

september 2024

sterker
Centrum Ontmoeting in Levensvragen

In gesprek over wat je bezighoudt.

Verhalen over het leven

Praten 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, velen van ons kennen 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 of beschaamd over bent en waar je niet los van kunt komen;
- zaken als ziekte, verlies, de loop der dingen waarin jij je weg moet zoeken;
- gevoelens van eenzaamheid, betekenisloosheid of van niet verbonden zijn;
- beperkingen, de balans van het leven of naderend levenseinde.

Aanbod COiL

Onze vrijwilligers nemen de tijd om je te ontmoeten en met je te praten. Hun luisterend oor en betrokkenheid kun je ervaren in:

Individuele gesprekken

Wil je in gesprek over wat je bezighoudt? Vind je het fijn als iemand naar je luistert? Of wil je samen met iemand onderzoeken wat voor jou van belang is als het gaat over het maken van keuzes over werk, wonen, opvoeding, relaties, gezondheid of het levenseinde?
Dat kan bij het COiL. Na een kennismakingsgesprek brengen we je in contact met een van onze vrijwilligers. Hij/zij maakt een afspraak met je, zodat je kunt praten over wat je bezighoudt of wat voor jou van waarde is.
Ook voeren we begeleidende gesprekken voor 'het laatje voor later'. Dit betekent dat we praten over je wensen voor het afscheid, je ideeën over gezondheid, wonen, en wat je wilt nalaten.

"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."

Mark (35)

Samen opmaken van jouw levensboek

Een vrijwilliger schrijft samen met jou verhalen uit jouw leven in een boekje of een brief. Het vastleggen van je levensverhaal is voor jezelf of voor je naasten. Bijvoorbeeld om te begrijpen 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.

We helpen niet alleen bij het opschrijven van levensverhalen, maar ook bij het maken van een 'eindelevensverhaal'.
Dit verhaal ontstaat uit één tot drie gesprekken. In deze gesprekken kijken we naar wie en wat belangrijk voor u was, waar u dankbaar voor bent, waar u spijt van hebt, en wat u nog met uw dierbaren wilt delen.

"Samen met een vrijwilliger van het COiL werk ik aan 'verhalen uit mijn leven'. Terugkijkend en vertellend krijgen keuzes en gebeurtenissen opnieuw betekenis."

Mevrouw Otten (85)

Gespreksgroepen

In de gespreksgroepen staat ontmoeting en verdieping 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 diverse gespreksgroepen voor verschillende doelgroepen in Nijmegen. Neem contact met ons op voor meer informatie.

"In de gespreksgroep kom ik anderen tegen die gelijksoortige ervaringen hebben. Het is fijn, leerzaam en troostend om de verhalen te delen."

Mevrouw Arends (68)

Interactieve lezingen en verdiepende workshops

De lezingen bevinden zich op het snijvlak van welzijn, gezondheid, zingeving, kunst en spiritualiteit.
De inhoud van het programma staat op onze website:
ontmoetinginlevensvragen.nl