

Inloophmoment voor naasten

Onder naasten van verslaafden wordt verstaan, ouders, partners en andere familieleden maar ook burens, collega's of werkgevers; dus iedereen rondom iemand met een verslaving en zich zorgen maken!

Deze voorziening is er voor een ieder die een luisterend oor nodig heeft, informatie wil over Intact herstel en zelfhulp of het drinken van een kopje koffie met een bemoedigend woord. **Sylvie Spoelstra zal als familie-ervaringsdeskundige i.o. de rol van gastvrouw tijdens deze inloop vervullen.** Zij weet uit eigen ervaring hoe moeilijk het is om te gaan met een naaste met verslavingsproblematiek, een van haar dochters was verslaafd aan drugs. Ze heeft de diepe dalen doorleefd maar wil vooral ook een verhaal van hoop uitdragen, er is een weg terug mogelijk....een weg naar herstel, dit voor zowel verslaafden maar ook zeker voor hun naasten. Deze kennis over hoe te herstellen en hoe zelfhulp hierbij kan helpen wil zij graag delen met mensen die daar behoefte aan hebben.

Almelo / tijdens lockdown gesloten

Wanneer: iedere woensdagochtend van 09.00 uur - 10.00 uur

Waar: Wierdensestraat 32 Almelo

Aanmelden: Sylvie Spoelstra T: 06-10928205, of mail: sylvie.spoelstra@tactus.nl

Enschede / tijdens lockdown gesloten

Wanneer: iedere maandagmiddag van 13.00 uur - 14.00 uur

Waar: Raifeissenstraat 75 Enschede

Aanmelden: Sylvie Spoelstra T: 06-10928205, of mail: sylvie.spoelstra@tactus.nl

Individuele gesprekken op afspraak, hetzelfde als hierboven bij de inloop voor naasten omschreven staat, alleen nu op afspraak en een op maat bepaalde tijd en duur.

Wanneer: op afspraak

Waar: Wierdensestraat 32 Almelo, eventueel ook op andere locaties mogelijk.

Aanmelden: Sylvie Spoelstra T: 06-10928205, of mail: sylvie.spoelstra@tactus.nl

NIEUW! Online lotgenotencontact voor naasten van mensen met een verslaving,

deze groepen bestaan uit naasten van mensen met een verslaving. Het principe van zelfhulp is "hulp naar zelfhulp" door open gesprekken en ontmoeting. In de zelfhulpgroepen spreek je open en vrij over jezelf, je successen en vreugdes, maar ook over zorgen, behoeften, problemen en ervaringen. Je luistert ook naar hoe de ander omgaat met het leven met een verslaafde in hun naaste omgeving. Er is een weg terug mogelijk, een weg naar herstel, zowel voor je verslaafde naaste maar ook voor jezelf! De vertrouwelijkheid van de groep is daarvoor natuurlijk een belangrijke voorwaarde, wat binnen deze groepen gedeeld wordt, dat wordt niet naar buiten gebracht, dit uit respect voor elkaar!

Wanneer komen de online naastengroepen samen?

- Groep 1** 1x per 2 weken op donderdagavond van 19.00 tm 21.00 uur (even weeknrs.)
Groep 2 1x per 2 weken op donderdagavond van 19.00 tm 21.00 uur (oneven weeknrs.)
Groep 3 1x per 2 weken op maandagochtend van 10.00 tm 12.00 uur (even weeknrs.)
Groep 4 1x per 2 weken op donderdagmiddag van 14.00 tm 16.00 uur (oneven weeknrs.)

Aanmelden: Sylvie Spoelstra T: 06-10928205, of mail: sylvie.spoelstra@tactus.nl

Training voor naasten

Een van eigen ervaringen uitgaande Interactieve training voor naasten van mensen met een verslaving **"Kracht langs de lijn"**

Vijf bijeenkomsten waarin wij samen aan de slag gaan met de volgende thema's:

- Waarom raak je zelf verstrikt in het verslaafde denken en doen van de ander?
- Door positief egoïsme meer ruimte voor eigen herstel nemen.
- De naaste met een verslaving helpen door niets (voor zijn / haar verslaving) te doen.

NIEUW online (via platform 8x8)

Tijd: De training wordt gegeven van 18.30 tot 21.00 uur.

Data: dinsdag 20-04-2021, 04-05-2021, 18-05-2021, 01-06-2021, 15-06-2021

Aanmelden: Sylvie Spoelstra T: 06-10928205, of mail: sylvie.spoelstra@tactus.nl

* Er wordt ingeschreven op volgorde van aanmelding

Aanbod thema huiselijk geweld

Online zelfhulpgroep: "In je kracht "

Intact biedt ook een zelfhulpgroep aan vrouwen die te maken hebben gehad met huiselijk geweld, zowel lichamelijk, psychisch als seksueel.

Deelnemen aan open gesprekken en ontmoeting met lotgenoten, waarbij we in een veilige setting onze zorgen, behoeften en problemen kunnen bespreken. Maar ook delen we uiteraard de zonnige kant van het leven, zoals verhalen van succes, vreugde en hoop. Onderling empowerment is voor ons heel belangrijk!

Locatie: Online (platform 8x8)

Datum: maandag in de oneven weken van 19 tot 21 uur

Aanmelden: Sylvie Spoelstra T: 06-10928205, of mail: sylvie.spoelstra@tactus.nl

(Online) training : Werken vanuit eigen ervaringen met huiselijk geweld.

Intact Hertel en Zelfhulp organiseert de cursus: Werken vanuit eigen ervaringen met huiselijk geweld. Deze cursus ondersteunt in je eerste stappen op weg naar werken als ervaringsdeskundige huiselijk geweld. Het is vooral een oriënterende cursus voor mensen die op zoek zijn naar wegen om hun eigen ervaringen in te zetten om anderen te ondersteunen als vrijwillig of betaald ervaringsdeskundige.

Als ervaringsdeskundige huiselijk geweld kunnen ze er aan bijdragen dat "slachtoffers" van huiselijk geweld weer de kracht vinden om hun eigen herstelproces in te gaan zetten. Ervaringsdeskundigen huiselijk geweld zijn een belangrijke inspiratie en steun tijdens hun herstelproces, zij zijn een voorbeeld hoe een betere toekomst eruit kan zien....er is een weg terug mogelijk, een weg naar herstel!

Locatie: Online (platform 8x8)

Datum: Nog nader te bepalen

Aanmelden: Sylvie Spoelstra T: 06-10928205, of mail: sylvie.spoelstra@tactus.nl



Fotografie: Archief