

**MENSEN
HOEVEN
NIET 'BETER'
TE WORDEN,
ZE ZIJN AL
FANTASTISCH!**

Stichting ZelfRegieCentra NL staat voor een innovatieve manier om mensen regie te geven over hun eigen mentale welzijn. De stichting ontwikkelt en implementeert de visie over 'zelfregie' bij gemeenten, burgerinitiatieven en andere geïnteresseerden.

Kernwaarden van de visie zijn:

- aansluiten bij kwaliteiten van mensen
- gericht zijn op zingeving en persoonlijk perspectief
- niet het aanbod staat centraal, maar de mate waarin de mens zich geholpen voelt

Stichting Zelfregiecentra NL voor:

- het opzetten van een Zelfregiecentrum in uw regio
- trainingen 'visie zelfregie' voor belanghebbenden zoals beleidsambtenaren, welzijns-instellingen, zorgaanbieders, lokale initiatiefnemers, etc.
- ontwikkelen van indicatoren voor psychosociaal welzijn
- landelijk kenniscentrum met instrumenten, informatie en goede voorbeelden

Contact

Voorzitter **Karin van der Plas**
karinvanderplas@zelfregiecentra.nl
nulzes 06 54713443

Secretaris **Sonja Visser**
sonjavisser@zelfregiecentra.nl
nulzes 06 29736567

www.zelfregiecentra.nl

Vlinders van troost

Vlinders van beweging
op weg naar verandering
Vlinders van intens leven
Vlinders voor iedereen

(Elisabeth Kubler-Ross)

Witveldweg 14c
5951 AV BELFELD
info@zelfregiecentra.nl
www.zelfregiecentra.nl

**STICHTING
ZELFREGIECENTRA NL**

In het **Zelfregiecentrum Belfeld** staat de deur open voor alle mensen die vragen en ideeën hebben op het gebied van hun mentale welzijn. Het Zelfregiecentrum Belfeld is gevuld met allerlei initiatieven en activiteiten. Deze worden aangeboden door mensen die -meestal- vanuit hun eigen ervaringsdeskundigheid andere (kwetsbare) mensen willen helpen bij hun herstel, zingeving en perspectief.

Activiteiten

- lotgenotencontactgroepen
- pgb-spreekuur
- 2de hands winkel
- inloop en ontmoetingsplek
- informatie en advies
- tuinieren
- muziekwerkplaats
- herstelgroepen (na verlieservaringen, ontslag, ziekte etc.)
- zingevingscursussen
- belangenbehartiging
- ontmoetingsgroepen (jongeren en allochtonen)
- kookgroepen
- toneelwerkplaats
- doorverwijzing
- jongerengroepen
- basistrainingen (b.v. hoe om gaan met verlies)
- communicatietrainingen (Empower Je Anders)
- gezamenlijke en combinatie's van projecten
- zelfhulpgroepen
- advies inzake Wmo-begeleidingstrajecten
- werk-leerervaringsplek
- workshops
- lezingen (door ervaringsdeskundigen)
- voorlichting en preventie-activiteiten
- ondersteuning van nieuwe initiatieven
- ontspanningsactiviteiten
- vieringen
- ... en we horen graag uw goede idee!

ZELFREGIE

contact met je kwaliteiten

op zoek naar perspectief

jij bepaalt de zingeving in je leven

Dus: heeft u een vraag, een idee of een initiatief:
kom naar het Zelfregiecentrum Belfeld en we kijken samen verder!

Adres

Witveldweg 14c (tegenover de stuw van Belfeld)
5951 AV Belfeld

nulzes Karin van der Plas: 06 54713443 | nulzes Sonja Visser: 06 29736567

www.zelfregiecentrum.nl/belfeld | belfeld@zelfregiecentrum.nl

BELFELD
ZELFREGIECENTRUM