

Zelfregiecentrum Leiden

Maandag t/m zaterdagmiddag 13.00 tot 17.00 uur in

Huis van de Buurt Matilo

Zaanstraat 126

2314 XH Leiden

Bereikbaarheid openbaar vervoer:

Arriva buslijnen 186 en 187, halte Zorgcentrum Roomburgh



STEMMENHOORDER GEHOORD

**EEN LOTGENOTENGROEP
VOOR MENSEN DIE STEMMEN HOREN**

Mensen die stemmen horen praten niet altijd over deze ervaringen. Praten over stemmen is niet altijd gemakkelijk, omdat je vaak geen gehoor bij anderen (niet-stemmenhoorders) vindt. Als je over de stemmen praat, en je ervaringen deelt blijf je er niet mee zitten. Door contact met andere stemmenhoorders, ervaar je dat je niet de enige bent. Ook kun je op zoek naar manieren van omgaan met stemmen. Het is een wat andere benadering dan je misschien gewend bent. Minstens 4% van de wereldbevolking hoort stemmen. Het horen van stemmen benaderen wij niet als symptoom van een ziekte. Om deze redenen organiseren wij de lotgenotengroep "Stemmenhoorder gehoord" voor mensen die stemmen horen. Het doel van deze groep is de gelegenheid geven over je stemmen te praten, meer over je stemmen te weten te komen en er zo makkelijker mee om te gaan.

Hoe ziet de lotgenotengroep er uit?

De groep bestaat alleen uit mensen die stemmen horen (ook de gespreksbegeleiders zijn stemmenhoorders) Maximaal 8 mensen kunnen aan een groep deelnemen. Een bijeenkomst duurt 2 uur met een korte pauze en de groep komt 1 maal in de 2 weken bij elkaar. Het betreft een doorlopende groep.

Mogelijke thema's zijn;

Praten over de stemmen
Invloed van stemmen horen in je dagelijks leven
Komen de stemmen ergens vandaan?
Zijn er voor- en nadelen aan stemmen?
Manieren van omgaan met de stemmen
Hoe ga je om met voorspellende stemmen of stemmen die je opdrachten geven?
Daarnaast kunnen deelnemers ook zelf onderwerpen aandragen.

Gespreksbegeleiding

De groep wordt begeleid door Remon Vermeer en Hans van der Flier ondersteund door Yvonne Doornbos, allen ervaringsdeskundig.

Wie kan deelnemen?

Iedere volwassene die wel eens of vaker stemmen hoort en hierover met andere stemmenhoorders wil praten.

Waar en wanneer?

Het betreft een besloten groep, de bijeenkomsten vinden op dinsdag 1 maal in de 2 weken plaats op de Zaanstraat 126 te Leiden. Van 13.30 tot 15.30 uur.

Informatie en aanmelding

Wil je nadere informatie over de groep of wil je deelnemen, dan kun je contact opnemen via zelfregiecentrumleiden@gmail.com of binnenlopen van maandag t/m zaterdagmiddag van 13.00 tot 17.00 uur aan de Zaanstraat 126 te Leiden bij het Zelfregiecentrum in Huis van de Buurt Matilo.

Na aanmelding volgt een kennismakingsgesprek, waarin het doel en de werkwijze van de groep wordt uitgelegd. Bij het kennismakingsgesprek kun je iemand meenemen.

