

# Werken aan zin-vol leven



## Zingeving en levensvragen

Ouder worden, kwetsbaar, zorgafhankelijk.... Hoe houd je de zin erin? Een vraag voor ouderen zelf, maar evenzeer voor de professionals en vrijwilligers die dagelijks met ouderen werken.

**Elk mens ervaart en geeft op zijn eigen manier zin aan wat in zijn leven gebeurt**

De een vanuit een vaste, godsdienstige levensovertuiging, de ander op eigen houtje. Soms, als het leven hard is, lijkt alle zin te zijn verdwenen. En soms is de zinervaring zo sterk dat mensen alles aan lijken te kunnen! Mensen stellen zichzelf vragen over het leven en de zin daarvan. Levensvragen. Als je met ouderen werkt, zie je ze voorbij komen. Herken je ze altijd, en hoe ga je ermee om?

**Onze trainingen bieden je een rijkdom aan handvatten en inzichten**

*"De afwisseling van filmpjes, gesprek en zelf aan de slag gaan werkte voor mij goed. En de begeleiding was helder, doorleefd, ruimte gevend aan de verschillen die er bij de deelnemers waren."*

Trainingen voor professionals en vrijwilligers in zorg en welzijn die willen bijdragen aan zinvol leven van ouderen

## Trainingswinkel



Expertisenetwerk  
**LEVENSVRAGEN  
en OUDEREN**



## **Trainingsaanbod Zingeving en Levensvragen**

### **Onze basistraining**

Herkennen van en omgaan met zingeving en levensvragen

### **Een keur aan specifiekere trainingen, bijvoorbeeld:**

Mentaal welbevinden en levensvragen

Werken met de landkaart mentaal welbevinden

Levensvragen en NAH

Methodiek training levensboeken 'Mijn leven in kaart'

Zingeving en levensvragen in de WMO

Levensvreugde en levensmoeheid

Methodiektraining Levensvragen en migranten

Levensvragen en leven met een verstandelijke beperking

Levensvragen en ALS

Levensvragen en hiv/Aids

Mantelzorg en zingeving

Intervisie 'omgaan met zingeving en levensvragen', ook in het kader van de kwaliteitsstandaard Zingeving en Levensvragen.

Alle trainingen worden op maat gemaakt, in de vorm van een introductieworkshop, een basistraining, een verdiepende training of een combinatie van deze vormen.

### **Heeft u een specifieke trainingsvraag?**

**We denken graag met u mee!**

**Trainingswinkel Expertisenetwerk Levensvragen en Ouderen**  
Wilt u graag een training of workshop in uw organisatie door de Trainingswinkel van het Expertisenetwerk laten verzorgen, neem dan contact op met:  
Alie Meyvogel, coördinator Trainingswinkel.  
T: 06-33924320 - E: [training@netwerklevensvragen.nl](mailto:training@netwerklevensvragen.nl) - Twitter: @Levensvragenoud -  
I: [www.netwerklevensvragen.nl/trainingswinkel](http://www.netwerklevensvragen.nl/trainingswinkel)

Het Expertisenetwerk Levensvragen en Ouderen is een samenwerkingsverband van kernpartners: ActiZ, Agora, Humanistisch Verbond, LOC Zeggenschap in Zorg, MOgroep, PCOB, UniekBO, Reliëf, Vereniging Het Zonnehuis en Vilans. Het expertisenetwerk bestaat sinds 2008.