

# Zomerschool

voor volwassenen

## 2018

Vitale  
Verbindingen  
in de wijk

#Vitale Verbindingen komt naar

## Wijkcentrum de Oosthof

Kinderkamp 9 - Presikhaaf

**Dinsdag**  
**24 juli**

Gebarentaal voor beginners - Dina Jansen - Leer de beginselen van NmG  
Rust in je hoofd met EFT - Steven de Nie - Doorbreek stress, angst en  
negatieve gedachten zelf met de makkelijk te leren Emotionele Vrijheids  
Techniek (EFT tapping)  
Speelse letters - Leideke Steur - Maak leuke posters door te spelen met  
zelfgekozen teksten en lettervormen

**Donder  
dag**  
**26 juli**

Luisteren met je ogen - Barbaree van den Ende - Leer over non-verbale  
communicatie en hoe je overkomt op anderen  
Opkomen voor jezelf - Janite Brands - Leer bewust en aandachtig de  
grenzen voor jezelf aan te geven  
Vorm door lijnenspel - Marjet Zeegers - Tekenen met fineliner

**Dinsdag**  
**31 juli**

Steekje los - Melanie Oldenhove - Een spel waarbij je spelenderwijs met  
elkaar in gesprek gaat over psychische gezondheid en kwaliteit van leven  
Uit de eenzaamheid in beweging - Dorien Stoll - Doe mee met de  
openingsworkshop van het door ons gegeven traject.  
Inktvisjes haken - Rianne Lekkerkerker - Maak nu zelf het beroemdste  
inktvijze van Nederland

**Donder  
dag**  
**2 aug**

Huiselijk geweld in dialoog - Farisa van der Lem/Fatma Yavuz/Yvette  
Stephan - Bespreken van signalen en handvatten om hier mee om te gaan.  
Wat een mooi mens ben jij - Maria Meekes en Janite Brands - Over  
eigen kwaliteiten en zelfvertrouwen  
Tekenen je verhaal - Annet Elzinga/ Annet Storm - We dagen je uit jouw  
verhaal te tekenen. Hoe maak je dit visueel. Wij geven tips en trics

Deelname  
Gratis

12.00 Soeplunch

13.00-15.30  
Workshops