

"...In een kleine groep met vrouwen is het zorgaanbod op maat, dat heb ik gewaardeerd. Het is goed, waar je ook in je eigen proces zit....". gaf een vorige deelnemster terug.

We gaan door met een nieuwe groep onder de naam Contactcirkel 'Ont-knopen'.

Heb je te maken gehad met seksueel misbruik en voel jij je daardoor eenzaam? Heb jij steeds in je eentje geworsteld en heb je behoefte aan contact en verbinding?

Ervaar jij verwarring over wie je ten diepste zelf bent?

Wij, Mienieke van Wijk en Jetty Knoop, willen je graag **ont-moeten**. Wij creëren daarvoor een veilige setting in de vorm van een Contactcirkel.

In de Contactcirkel gaan we aan de slag met thema's die spelen na seksueel misbruik, zoals grenzen, verbinding, spanning – ontspanning, eenzaamheid, en zelfbeeld.

Dit doen we op een creatieve manier en met behulp van lichaams- en ervaringsgerichte oefeningen. Samen **ont-knopen** we de verwarring. Dit helpt je om weer in liefdevolle verbinding te komen met je lijf en met jezelf. Ten diepste gaat het om het contact met je echte zelf.

Deze groep is voor vrouwen met een verleden van seksueel misbruik die graag een stap willen zetten in hun herstelproces.

Kom je net met jouw verhaal naar buiten, of heb je al een lange weg in de hulpverlening achter de rug of zit jouw proces hier ergens tussenin, je bent van harte **welkom!**

Tijdens de vijf ochtenden in de contactcirkel maken we gezamenlijk een reis door de thema's die aan bod komen.

Bij inschrijving verbind je je aan alle vijf bijeenkomsten.

Deze groep is niet geschikt voor jou wanneer:

- Je nog niet kunt openstaan voor de ander
- Er veel verwarring, psychoses of wanen zijn
- Je voorafgaand aan de groep acuut suïcidaal bent

Voorafgaand aan deelname plannen we een telefonisch intakegesprek van een half uur in.

Voel je je als man aangesproken door bovenstaande, dan nodigen we je van harte uit om contact op te nemen. We onderzoeken dan de mogelijkheid om dit in een mannengroep of in een gemengde groep vorm te geven.

Praktische informatie

Data:

4 oktober 2024

18 oktober 2024

15 november 2024

29 november 2024

20 december 2024

Tijd: 10:00 tot 12.30 uur, inloop vanaf 9.45 uur

Waar: In de creatieve ruimte van Brink42, Nijkerk

Aantal deelnemers: max. 5

Investering: €447,-

Dit is inclusief koffie, thee, wat lekkers uit de keuken van Brink42 en de creatieve materialen.

Je ontvang vooraf een factuur.

Na betaling van de factuur is je inschrijving definitief

Mail of bel voor aanmelden of meer informatie naar:

Mieneke van Wijk

☎ 06-83691777

✉ info@mieniekevanwijk.nl

Jetty Knoop

☎ 06-10450163

✉ info@jettyknoop.nl

Helen doen we in verbinding!