



Positieve Gezondheid

Hoe gaat het met jou?





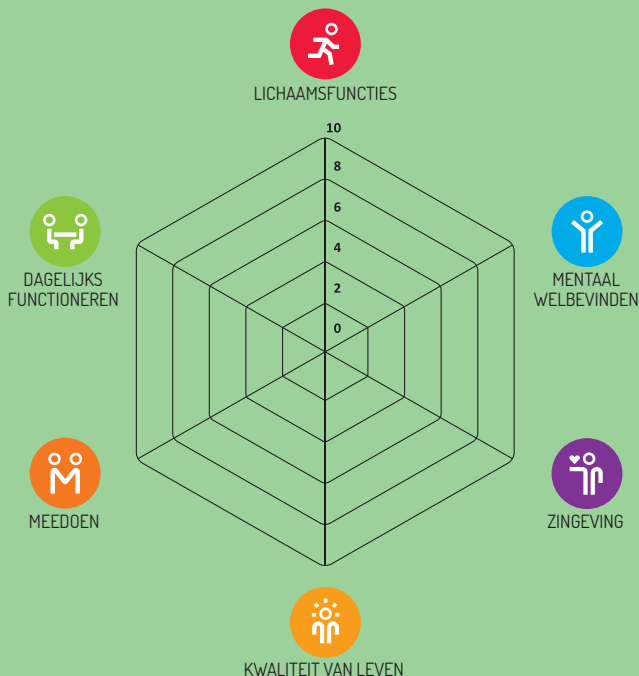
Positieve Gezondheid

Hoe gaat het met jou?

Wat is Positieve Gezondheid?

Positieve Gezondheid, misschien heb je er al een keer van gehoord en misschien niet. Het is een gedachtegoed waarmee je even een moment neemt om na te denken hoe het met je gaat. Het kan helpen om op een nieuwe en andere manier naar gezondheid te kijken. En dan gezondheid in de breedste zin van het woord. Naar gedachten, sociale activiteiten, meedoen en nog veel meer.

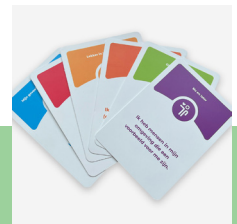
“Als mensen weten wat zij belangrijk vinden, dan zijn ze beter in staat om richting te geven aan hun leven. Dit leidt tot gezonde en vitale Limburgers.”



Wij van Burgerkracht Limburg geloven dat Positieve Gezondheid mensen verder kan brengen. Kijk naar wat er wel kan en wel mogelijk is. Om dit in kaart te brengen heeft Machteld Huber het zogenaamde 'spinnenweb' ontwikkeld. Het spinnenweb bestaat uit 6 dimensies.

Via het spinnenweb breng je zelf in kaart hoe jij je eigen gezondheid ervaart. Je stelt jezelf vragen zoals;

- Hoe gaat het met je?
- Ben je tevreden, gelukkig of misschien eenzaam?
- Voel je je wel eens onzeker? Kom je voor jezelf op?
- Zou je iets willen veranderen maar weet je niet hoe?
- Kun je dat alleen of heb je daarbij iemand nodig?



Hoe maak je kennis met Positieve Gezondheid?

Wij bieden verschillende middelen aan om jou kennis te laten maken met Positieve Gezondheid.

Zo geven we regelmatig gratis workshops voor alle inwoners in Limburg. Maar we zijn er ook voor (maatschappelijke) organisaties en verenigingen. Ook hier bieden we workshops aan maar werken we ook met andere middelen zoals escape rooms, toolkits, kaart- en bordspellen en het rad van fortuin.



Benieuwd of we iets voor jou kunnen betekenen? We bieden ook maatwerk. Neem dan vooral contact met ons op zodat we samen kunnen bekijken wat bij jouw organisatie past.





Neem gerust contact met ons op

Bij Burgerkracht Limburg vinden we het belangrijk dat mensen uit Limburg weten wat voor hén belangrijk is en wat voor hen bijdraagt aan hun gezondheid. Wil je weten of Positieve Gezondheid iets voor jou of je organisatie kan betekenen?

Neem contact met ons op via 046 4208159 of positiefgezond@burgerkrachtlimburg.nl. Of volg een van onze gratis workshops. Check onze website www.burgerkrachtlimburg.nl voor meer informatie.