

ALLES OP TAFEL?

SPELEN MET POSITIEVE GEZONDHEID

KENNISMAKEN, INZICHT GEVEN ÉN IN ACTIE KOMEN



Doel: spelenderwijs in gesprek over gezondheid. Je komt erachter wat jij belangrijk vindt voor jouw gezondheid, waar je blij van wordt en wat je graag anders zou willen.

Voor wie: mensen met een lichamelijke, psychische of licht verstandelijke beperking, ouderen en voor mensen die moeite hebben met (begrijpend) lezen. Ook is het spel voor mantelzorgers, leefstijlcoaches, POH en zorgverleners.

www.allesoptafelspel.nl

Het spel bestaat uit 2 spelvarianten

Spelbord Een Andere Kijk

Je maakt kennis met de 6 thema's van Positieve Gezondheid. Aan de hand van de dobbelsteen leg je plaatjes op je eigen spelbord en je speelt de opdrachtkaarten. Wie het eerst bij ieder thema een pluim heeft liggen, wint het spel.



Lichaam
gezond zijn



Gevoel en gedachten
voelen en denken



Zinnig leven
dromen en wensen



Kwaliteit van leven
genieten en tevreden zijn



Meedoen
erbij horen



Dagelijks leven
voor jezelf zorgen

Spelbord Een Ander Gesprek

Je gaat dieper in op 1 van de thema's. Dit doe je aan de hand van plaatjes en opdrachtkaarten. Je krijgt meer inzicht in jouw eigen Positieve Gezondheid. Daarna kom je in actie om jouw gezondheid te verbeteren.



Toepassingen

In gespreksgroepen:

wijkcentra, taalcafés, bibliotheken, herstelcentra.

Bij 1 op 1 gesprekken:

in de huisartsenpraktijk, thuiszorg, leefstijlcoaches.

Voor alle informatie over het spel, de ontwikkeling, ervaringen, foto's, filmpjes, workshops en bestellingen:
www.allesoptafelspel.nl

'Positieve Gezondheid gaat over jÓu, over wat voor jou belangrijk is en waar jij blij van wordt. Met dit spel kom je daar nog meer achter bij jezelf. Ik werd van het spelen heel vrolijk!'
- Machteld Huber, grondlegger van Positieve Gezondheid

Samenwerkingspartners:



Met dank aan:

