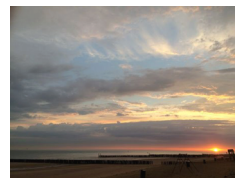


## Praktijk aan Zee, Middelburg



Praktijk aan Zee geeft Specialistische psychiatrische begeleiding.

*Soms kom je er niet toe, dat wat je werkelijk wil, ook te doen, dit kan zijn in je werk, in je relatie, in je vriendschappen of in je vrije tijd. Toch heb je alle mogelijkheden in je om te vertrouwen op je eigen kracht om wensen, verlangens of veranderingen te realiseren. De oplossing ligt ergens in jezelf al te wachten.*

Praktijk aan Zee helpt je op weg in een persoonlijk (groei)proces, aangepast aan jouw vraag, doel of wens. We zoeken daar samen naar. Als middelen gebruiken we naast gesprekken creativiteit, muziek, we gaan de natuur in, zijn bij jou thuis of in de praktijk of dat wat bij je past op dat moment. Ook bieden we deelname aan een groep aan.

Kernwoorden in onze aanpak: respectvol, enthousiast, liefdevol, helder en duidelijk, met humor, passie en inspiratie.

**Praktijk aan Zee**, Pijpstraat 23, 4331 SN Middelburg

Contactpersoon: Lili Timmermans 0622960477

[www.praktijkaanzee.nl](http://www.praktijkaanzee.nl)   [info@praktijkaanzee.nl](mailto:info@praktijkaanzee.nl)

Medewerker is Leanne Fonteijne MBO-AB niv. 4

Praktijk aan Zee, biedt specialistische psychiatrische begeleiding thuis. De WMO-groep is een doorlopende, open groep bestemd voor onze cliënten en stelt zich als doel om een veilig, stabiel en steunend podium te zijn voor hun. Het is een groep waar we niet uitgebreid over problemen gaan praten (dat doen we evt. thuis en individueel). Wel zullen we kracht- en herstelgericht werken. Dat wil zeggen dat de nadruk gelegd zal worden op de positieve en sterke kanten van de deelnemers. In de groep zullen we werken met thema's, zoals leefstijl, vertrouwen, samenwerken, ontspanning/ inspanning, ondernemen en durf, slapen, cultuur etc. etc.

Het gaat in per november 2018 en is iedere donderdagmiddag van 13.00u tot 16.00u. We starten de middag altijd met een eenvoudige lunch. Daarna maken we een wandeling in de stad. In het tweede gedeelte starten we dan met uitwisselen over het thema van die dag, indien nodig zullen we psycho- educatie geven hierover. Aansluitend zal een a.d.h.v. datzelfde thema een creatieve werkvorm aangeboden worden. Ook zullen we, waar dat kan, werken met eenvoudige lichaamsgerichte oefeningen, waarbij het thema van die dag weer het uitgangspunt zal zijn.

Praktijk aan Zee is aangesloten bij CKZ (Coöperatie van ondernemers in de Kleinschalige zorg in Zeeland)