

LOCATIE

De locatie in Amersfoort is goed bereikbaar met het OV en is vijf minuten lopen van het centraal station. Als je met de auto komt, moet je rekenen op parkeerkosten. De precieze locatiegegevens en een routebeschrijving krijg je na aanmelding een week van tevoren toegestuurd.

KOSTEN DEELNAME

Per deelnemer (incl. lunch en koffie/thee)
€ 14,00 voor donateurs | € 17,50 voor niet-donateurs

AANMELDEN

Vul het inschrijvingsformulier in via onze website www.labyrint-in-perspectief.nl. Je kunt één persoon per formulier aanmelden. Aanmelden kan tot maandag 24 oktober 2017.

Inschrijving voor de dag en een workshop is op volgorde van binnenkomst en pas geldig na ontvangst van het inschrijfgeld. Voor de workshops is een beperkt aantal plekken beschikbaar. Geef s.v.p. een 1^{ste} en 2^{de} keus op. Mocht je favoriete workshop volgeboekt zijn dan plaatsen we je in de workshop van je 2^{de} keus.

BETALING

Het inschrijfgeld kun je storten op rekeningnummer NL25 INGB 00076 11645 t.n.v. Stichting Labyrint-In Perspectief o.v.v. KVD2017 en de naam waarmee je je opgeeft. Bij annulering is restitutie van het inschrijfgeld helaas niet mogelijk.

Je kunt wel iemand anders in jouw plaats laten komen.

WORD JIJ OOK DONATEUR?

Onze vaste Kind Van Dag aanbieding:
Als je je nu aanmeldt als donateur, kun je meteen gebruik maken van de korting die donateurs ontvangen op de entreprijs.

- Je betaalt geen €17,50 maar € 14,00
- De donateursbijdrage van (minimaal) €25,- per jaar betaal je pas vanaf 2018.

Je kunt je als donateur aanmelden via secretariaat@labyrint-in-perspectief.nl.

Landelijke dag voor volwassen kinderen van een ouder met psychische-, psychiatrische- of verslavingsproblemen.

INNERLIJK KIND

Je innerlijke kind draag je altijd met je mee. Die van jou heeft, omdat je *kind van* bent, nogal wat meegemaakt. Kom naar de

KIND VAN DAG

VAN DE STICHTING LABYRINT-IN PERSPECTIEF

zaterdag 4 november 2017 10:00 – 16:30 uur
Amersfoort

Voor informatie en aanmelding
www.labyrint-in-perspectief.nl

Landelijk bureau 033 3032355 secretariaat@labyrint-in-perspectief.nl



voor familie en directbetrokkenen van mensen met psychische of psychiatrische problemen

INNERLIJK KIND

Stichting Labyrint-In Perspectief organiseert sinds 1995 jaarlijks een contactdag voor volwassen kinderen van ouders met psychische, psychiatrische of verslavingsproblemen. Wat deze Kind Van Dag ieder jaar zo bijzonder maakt, is de herkenning, het begrip, de kracht en de verbondenheid die je met andere *kinderen van* kunt ervaren.

Voor de Kind Van Dag 2017 is het thema Innerlijk kind. Marjolijn Nijkamp (zelf ook *kind van*) zal hierover een interactieve lezing geven. Haar eigen zoektocht naar een manier om stevig in het leven te staan en de touwtjes zelf in handen te krijgen is de basis waarmee ze werkt. Na een brede en verdiepende studie geeft Marjolijn sinds 2003 workshops Innerlijk Kind. Zij is tevens tien jaar lang docent Innerlijk Kind geweest aan de Academie voor Psychodynamica.

We worden ongepantserd en open geboren als baby. Als we ouders ontmoeten die onze liefde beantwoorden en aanwezig zijn, ons beschermen, voeden en koesteren dan ontwikkelen we een basisvertrouwen in onszelf, in de ander en in de liefde.

Ontmoeten we ouders die emotioneel niet beschikbaar zijn, onveilig zijn of afwezig zijn, dan reageren we met terugtrekken in onszelf, we stoppen deels met uitreiken en gaan strategieën ontwikkelen om te overleven. Als je volwassen wordt, kunnen deze strategieën je belemmeren in je verdere leven.

Als je contact maakt met gevoelens en herinneringen uit je kindertijd kun je onderzoeken wanneer, hoe en waarom een bepaald overlevingsmechanisme is ontstaan. Doe je dat alleen op een cognitief niveau dan ga je het wel begrijpen, maar daarmee verandert het nog niet. Het fenomeen *Innerlijk Kind* helpt je om jouw eigen verhaal te onderzoeken op gevoelsniveau. En als je dat doet, kan er wél werkelijk iets veranderen.

Door het kind in jezelf te ontdekken, te erkennen en te integreren in je volwassen leven krijg je weer zelf de regie over je leven.

PROGRAMMA

- 10.00 uur ontvangst met koffie en thee
- 10.30 uur opening en welkom
- 10.45 uur interactieve lezing door Marjolijn Nijkamp
- 12.30 uur lunchpauze
- 13.30 uur workshop naar keuze
- 15.30 uur theepauze
- 16.00 uur gezamenlijke afsluiting
- 16.30 uur afscheid nemen, tot volgend jaar!

OVER DE WORKSHOPS

Innerlijk Kind *Marjolijn Nijkamp*

Verdieping op het ochtendprogramma: de lezing van Marjolijn.

Gespreksgroep *Yvonne Beijne*

Ga in gesprek met lotgenoten onder leiding van een ervaren vrijwilliger.

De manipulatie-dans, van speelbal naar tegenspel *Millie Ames*

Deze workshop helpt je op weg om je te leren verweren tegen manipulatief gedrag van je psychisch zieke ouder. Doel is de touwtjes zelf in handen te krijgen en het contact mede vorm te geven.

Innerlijke balans *Kassandra Goddijn*

Psychische gezondheid, benaderd vanuit KOPP-ervaringsdeskundigheid.

In deze workshop gebruiken we de egoposities uit de Transactionele Analyse als kapstok om psychische (on)balans te begrijpen én te ervaren.

Familieopstellingen *Yvette van Limburgh en Judith Sinnighe-Damsté*

Met representanten kunnen enkele deelnemers de constellatie van hun familie opstellen. Door te schuiven ontstaat inzicht in knelpunten.

Herkenbaar en helend!

De beest uithangen *Petri Bontje*

‘Het tegenovergestelde van spelen is niet werken, maar depressie’ meent Stuart Brown, en dat is dan ook precies wat we in deze workshop gaan doen; spelen!

Qigong *Claudia Verbeek*

Een bewegingsvorm, oorspronkelijk afkomstig uit de Chinese geneeskunst.

Door de oefeningen ga je je lichaam bewuster ervaren en gaat je levensenergie beter stromen. Tevens brengt het balans in je emoties.