



ONTWIKKELING EN ONDERSTEUNING

WIE ZIJN ER VOOR JOU?

Je kunt over veel onderwerpen praten met je begeleider. Maar misschien vind je dit soms lastig en wil je liever met iemand anders praten. Bijvoorbeeld als je verdrietig bent. Of als je vragen hebt over je gezondheid. Bij ASVZ zijn er meer mensen bij wie je dan terecht kunt. Zij zijn er voor jou en kunnen jou ook helpen. Handig om te weten!



Beeldzorg Centrale van ASVZ

Bij de Beeldzorg Centrale werken begeleiders met wie je kan beeldbellen. Dat kan je doen als je thuis bent, maar ook als je onderweg bent. En het kan iedere dag, want er is altijd iemand aanwezig: overdag én 's nachts. Je mag altijd bellen als je daar behoefte aan hebt.

Bewegingsagogen

Bewegen is belangrijk voor je gezondheid, je humeur en je zelfvertrouwen. Wist je dat je bij ASVZ uit verschillende bewegingsactiviteiten kunt kiezen? De bewegingsagoog helpt jou met het kiezen van de activiteit die bij je past. Samen ga je aan de slag om jouw doelen te behalen.



WIL JE MEER WETEN?

Praat erover met je begeleider. Hij of zij kan je in contact brengen met wie jij wil. Of kijk voor meer informatie op www.asvz.nl/jaargids.

Coaches educatie

Heb je vragen over jouw persoonlijke ontwikkeling? Dan kan je deze stellen aan de coaches educatie. De coach educatie kijkt met jou en je begeleider wat jouw wensen zijn. En jullie bedenken samen hoe je met jouw vraag aan de slag kunt gaan.

GEESTELIJK VERZORGERS

Iedereen heeft wel eens verdriet. Verdriet omdat je iemand moet missen die er niet meer is. Verdriet omdat jij of iemand in je omgeving ziek is. Of verdriet omdat het niet gaat zoals je wil. Het kan goed voor je zijn om het verdriet met iemand te delen. Dit mag je altijd doen bij je begeleider. Maar soms wil je er liever met iemand anders over praten. Dat kan! De geestelijk verzorgers kunnen jou helpen bij verdriet. Zij kunnen jouw begeleider ook tips geven om jou hierbij te helpen.

