



Bestyrelsesarbejde

For nye bestyrelsesmedlemmer i SIND (-og for ældre...)

Velfærds KURScenter

- ✓ Kompetencer
- ✓ Udvikling
- ✓ Relationer
- ✓ Samskabelse

Headquater & Mødested

SIND Vestjylland
Langgade 26
7600 Struer

Aktiviteter

Struer Aktivitetscenter
Skolegade 5A / Nørregade
7600 Struer

mail@vkurs.dk
Mobil: 5051 7224

- ✓ Har du deltaget på SINDs kursus for bestyrelsesmedlemmer
- ✓ Er du overvældet over alle de muligheder, der er for at gøre en forskel i SIND
- ✓ Vil du være med til at styrke samarbejdet på tværs af SINDs lokalafdelinger

Så er et **Iværksætterkursus** måske noget for dig!

(For førtidspensionister, sygemeldte og andre med interesse)

Vi mødes i Struer fredage kl. 10-12 og undervises samlet.

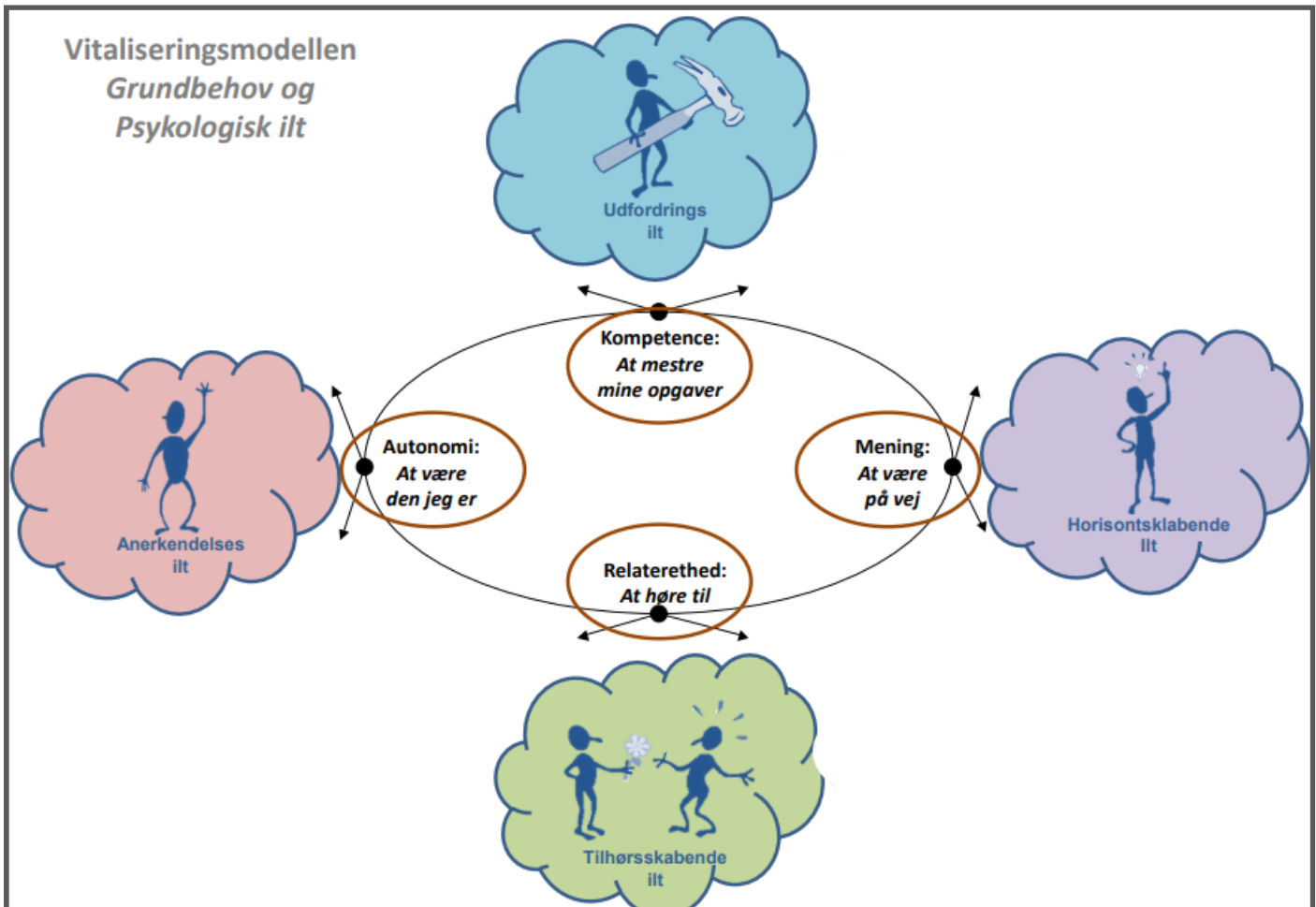
Efter frokost vil der være mulighed for at arbejde i selvstyrede grupper, med lige præcis det, du har brug for i forhold til din forening (eller virksomhed) eller dig selv.

Dit forløb tilrettelægges individuelt og prisen afhænger af, hvad du selv kan/vil bidrage med af viden, praktisk arbejde osv. Vi elsker en god handel :-)

Se program på www.vkurs.dk

BALANCE I LIVET

Vitaliseringsmodellen hjælper os med at være opmærksom på, hvad der er i spil, når vi gerne vil opnå balance i livet. Det seje ved modellen er, at den ikke handler om at være syg eller rask, den hjælper os blot med at blive bevidste om vores behov og overveje, om der er noget der skal ændres for at opnå bedre balance.



Modellen bygger på følgende antagelser:

- At vi alle har behov for at blive **anerkendt**, hvilket vil sige at vi har behov for at møde andre der vil lytte og prøve at forstå os. Både anerkendelse to mennesker imellem og det at blive anerkendt i samfundet. Her i VKURS vil du møde mange mennesker, der med venlighed og indlevelse vil komme dig i møde.
- At vi alle har behov for at være en del af **fællesskaber**, både de nære fællesskaber og andre mere aftalte fællesskaber som f.eks. arbejde eller medlemskab af foreninger. Du vil få mulighed for at opleve et fællesskab i VKURS sammen med mennesker der vil dig det bedste.
- At vi alle har behov for at stræbe efter noget der giver **mening** og er større end os selv. Det kan f.eks. være et ønske om at blive god til en bestemt aktivitet eller være en del af et projekt. Det kunne f.eks. være at tage et medansvar for, at VKURS vokser sig betydningsfuld og hjælpsom for mange mennesker.
- At vi alle har behov for at blive **tilpas udfordret** for at blive endnu dygtigere til det praktiske eller boglige – at fungere sammen med andre – at blive bedre til at kunne føle hvad der er vigtigt for en – at blive bedre til at styre sin opmærksomhed og se nye sammenhænge og muligheder. I VKURS får du rig lejlighed til at udfordre lige det, du mener der skal udfordres.