

U werkt een groot deel van uw leven. De meeste mannen doen dit met plezier. Het heeft een doel en biedt structuur in het leven. Daarin komt verandering als u stopt met werken. U kunt het gevoel hebben dat u bent 'uitgerangeerd' en daardoor in een isolement terecht gekomen bent. Dit gevoel kan versterkt worden wanneer uw partner of een ander belangrijk persoon in uw leven is weggevallen.

Als man bent u dikwijls niet gewend met anderen over deze gevoelens te praten. Vaak dacht u misschien uw problemen zelf op te lossen door pijn te verbijten of dit 'te dragen en te verwerken als een man' en gewoon maar door te gaan.

Met het ouder worden en de beperkingen die dit met zich brengt, kan het echter gebeuren dat u hierdoor problemen krijgt. Er kunnen psychische klachten ontstaan waarvoor u hulp nodig heeft. Is dit voor u herkenbaar?

Mannenpraat is bedoeld voor mannen van 55 jaar en ouder die in Delta Psychiatrisch Centrum zijn opgenomen, in deeltijdbehandeling zijn of de polikliniek bezoeken en zijn doorverwezen door hun behandelaar.

cluster psychiatrie voor ouderen

de groep MANNENPRAAT
een groepsaanbod voor
mannen van 55 jaar en ouder



informatie voor patiënten

waarom meedoen aan

mannenpraat?

U leert uw eigen levenservaringen te waarderen en ontwikkelt een nieuwe zingeving.

Samen met mannen van uw generatie wisselt u ervaringen uit rond man-eigen thema's. Hierdoor kunt u belevingen van anderen en uzelf leren herkennen en erkennen.

U kunt daardoor een andere kijk krijgen op de levensfase waarin u zich bevindt. Er wordt geluisterd naar de verhalen die uw leven hebben bepaald.

Wij praten met u over de problemen rond isolement, zingeving en passie van de huidige fase van uw leven.

vorm en inhoud

De groep bestaat uit vier tot acht mannen en wordt begeleid door twee mannelijke begeleiders.

De opzet is thematisch en gestructureerd.

Er wordt gepraat over thema's als:

- welke betekenis heeft uw werk (gehad) in uw leven,
- wat heeft u op het gebied van arbeid bereikt in uw leven,
- uw plaats in de lijn van de generaties,
- waar lagen uw interesses,
- uitdagingen in uw huidige levensfase.



bijeenkomsten

De groep heeft een besloten karakter. Samen met andere beginnende deelnemers verbindt u zich aan vijftien wekelijkse bijeenkomsten van twee uur. In die periode komen er geen nieuwe deelnemers bij.

Vooraf hebt u een kennismakingsgesprek met de begeleiders.

Drie maanden na beëindiging van de groep heeft u een individueel evaluatiegesprek met de groepsbegeleiders.

De bijeenkomsten worden gehouden in een vergaderruimte van het restaurant van Delta Psychiatrisch Centrum.

aanmelden

U kunt zich aanmelden via het behandelteam van de afdeling waar u verblijft, bij een bezoek aan de deeltijdbehandeling of de polikliniek of door verwijzing door één van uw behandelaars.



informatie

Wilt u meer informatie of twijfelt u nog? Neem dan geheel vrijblijvend contact op met
Toine Jansen, verpleegkundige
afdeling Aanloop 3-4,
telefoon 010-503 15 47,
of met Ton van Prooyen,
verpleegkundige Aanloop 1-2,
telefoon 010-503 15 46.

delta psychiatrisch centrum

bezoekadres:
albrandswaardsedijk 74 poortugaal

postadres:
postbus 800, 3170 dz poortugaal

t 010-503 13 13

f 010-503 14 14

www.deltapsy.nl

jan08

