



Doe mee!

Met 'Label erop los'!

'Met dit inzicht
kan ik echt
verder'
Deelnemer 'Label
erop Los'

'Een leuke manier
om erachter te
komen welke labels ik
mijzelf heb opgeplakt'
Deelnemer 'Label erop Los'

Iedereen heeft te maken met labels. Labels zijn stempels die worden opgedrukt door een ander of jezelf, zoals 'je bent druk', 'als je stress hebt gaat het mis', of 'je vindt alles eng'. Soms zijn de labels negatief, soms positief. Negatieve labels kunnen gevolgen hebben en zorgen voor het gevoel van 'anders zijn', falen of moedeloosheid. Om de negatieve gevolgen van deze labels te verminderen heeft Stichting de Bagagedrager de tool 'Label erop los' ontwikkeld!



Wil jij 'Label erop los' ervaren? Schrijf je dan in voor de workshop op 13 mei! Deelname aan de workshops is gratis. Reiskosten worden vergoed (max 25E enkele reis).

Wat levert het jou op?

Je krijgt inzicht in wat labels zijn, welke de positieve/negatieve labels jou zijn opgeplakt en welke labels jij jezelf opplakt. Dit kan je helpen om je verder te ontwikkelen. Daarnaast **krijg** je na de tweede workshop twee inhoudelijke **presentjes** mee naar huis!

Voor wie? Iedereen met een (achtergrond met) psychische gevoeligheid

Door wie? Astrid (ervaringsdeskundige en StigmaTool begeleider) en Dorieke (ervaringsdeskundige en afstudeerstudent Toegepaste Psychologie Hogeschool Leiden)

Wat? Twee workshops StigmaTool 'Label erop los' + interview

Waar? Zorgbelang Inclusief Arnhem, Weerdjesstraat 168

Wanneer? 13 mei om 16:30 en 27 mei om 16:30 + interview (tijd van interview op afspraak). Belangrijk is dat je bij beide workshops aanwezig kan zijn.

Hoe lang? De workshops duren 1,5 uur per keer

Wees er snel bij!

Er kunnen maximaal **6 mensen** deelnemen. Dus geef jezelf snel op!

Opgeven kan t/m **12 mei** via s1096977@student.hsleiden.nl

Heb je nog vragen, of wil je meer weten? Mail gerust!

Groetjes,

Dorieke



De Bagagedrager
Beleef de ervaring

