

Inhoud

Welkom!.....	2
Workshop L-E-V	3
Geïntegreerde theorie	4
Literatuurlijst: Ter inspiratie.....	4
Werkvormen groep	5
Werkvorm 1 Thema welkom.....	6
Werkvorm 2 Thema Hechting	7
Werkvorm 4 Thema plek in de verliescirkel	10
Werkvorm 5 Thema overleving	11
Werkvorm 6 Thema betekenis geven.....	13
Werkvorm 7 Thema afscheid	14
Werkvormen individueel	15
Werkvorm 1 Thema stapel van verlies.....	16
Werkvorm 2 ik en mijn ikken.....	18
Werkvorm 3 Thema aan nemen	20
Werkvorm 4 Thema veerkracht	22
Werkvorm 5 Thema in stilte	23
Nawoord.....	25

Welkom!

Voor je ligt de kaarten set L-E-V

L-E-V staat voor Luisteren – Ervaren – Voelen

Een uitgave van Praktijk Gewoon iK! in intensieve samenwerking met grafisch vormgeefster Carla Schrijvers.

L-E-V bestaat uit 3 onderdelen: Muziek | Woord | Beeld

- 50 Muziekkaarten (met een diversiteit aan genres, te activeren met een QR code via je mobiel of tablet)
- 50 Woordkaarten (gerelateerd aan het thema rouw en verlies)
- 50 Beeldkaarten (met het thema "dagelijks")

L-E-V is te gebruiken door therapeuten, trainers, coaches, docenten, begeleiders en opleiders die beeldend aan de slag willen met groepen en individuen rondom het thema Rouw & Verlies. Geschikt voor het werken met volwassenen en jongeren.

Diverse werkvormen zijn toepasbaar: creatief, interactief en in stilte.

Met als doel inzicht te krijgen in het persoonlijke proces en de daarbij behorende verstoringen en verrijkingen.

De beeldkaarten komen alle uit eigen bron en zijn gemaakt door:

Anniek Gelissen | Roy Peeters | Carla Schrijvers | Lonneke Emans | Francy Peeters- op het Roodt. De foto's van de muziekkaarten zijn ontleend aan werk van de betreffende kunstenaar. Voorbeelden van werkvormen om met L-E-V aan de slag te gaan kun je vinden op de site www.praktijkgewoon.nl.

Ontwikkel jij een nieuwe werkvorm, aarzel dan niet om die met ons te delen. Wij zorgen ervoor dat jouw werkvorm een plekje krijgt op onze site, met bronvermelding uiteraard. Zo kan L-E-V dynamisch en vernieuwend blijven.

Speel ze,

Francy

Workshop L-E-V

Tijdens de workshop ga je aan de slag met diverse werkvormen, interactief, in stilte, met beeld.

Jij bent je eigen instrument en oefent zelf in twee talen en groepjes de diverse werkvormen.

Bij de workshop zijn kaarten set L-E-V, koffie/thee en een versnapering inbegrepen.

Mocht je al in het bezit zijn van de kaarten set L-E-V dan zal het aankoopbedrag van 75 euro in mindering worden gebracht op de workshop. Vermeld dit graag bij je aanmelding.

Data & tijd

Zie voor actuele data en tijden www.praktijkgewoonik.nl

Locatie

Praktijk Gewoon iK! | Heldens van de Mortellaan 4 | 5954 CM Beesel

Kosten

150 euro (incl. BTW), inclusief kaarten set L-E-V t.w.v. 75 euro

Aanmelden

Aanmelden kan via de webshop van Praktijk Gewoon IK!

Geïntegreerde theorie

- De verliescirkel (Kohlrieser, Wibe Veenbaas en anderen)
- Het duale procesmodel (Stroebe & Schut)
- De splitsing van de ziel (Franz Ruppert) overleving | trauma | gezonde delen

Literatuurlijst: Ter inspiratie

- | | |
|--|---|
| • Stapeltjesverdriet | Sabine Noten |
| • Met mijn ziel onder de arm | Riet Fiddelaers-Jaspers |
| • Met zoveel liefde heb ik van je gehouden | Denise van Geelen-Merks & Jakob van Wielink |
| • Manu Kierse | Helpen bij verlies en Verdriet |
| • Laat je niet gijzelen | George Kohlrieser |
| • Symbiose en autonomie | Franz Ruppert |
| • Op verhaal komen | Wibe Veenbaas |

Werkvormen groep

Werkvorm 1 Thema welkom

Werkvorm:

In gesprek

Doel:

Het voorstellen van jezelf

Resultaat:

Kennismaking met elkaar

Groepsgrootte:

2-10 personen (kan ook in twee talen)

Benodigheden:

- Ruimte
- Kussens, matjes, dekens (hoeft niet kan)
- L-E-V (Beeld, woord, muziek)

Inhoud

Leg alle kaarten uit en vraag de deelnemers drie kaarten te kiezen waarmee zij zich op hun eigen wijze voorstellen aan de groep. De andere deelnemers luisteren, er worden geen verhelderingsvragen gesteld.

Werkvorm 2 Thema Hechting

Werkvorm:

Lijfwerk/stilte oefening

Doel:

Ontmoeting met je jezelf

Resultaat:

Bewustwording van de ervaring hoe jij jouw ontmoeting met jezelf in het nu voelt

Groepsgrootte:

2-10 personen (werken in een groep)

Benodigheden:

- Ruimte
- Kussens, matjes, dekens
- L-E-V (Beeld, woord, muziek)

Inhoud

- Start in een kring op de grond.
- Voor de deelnemers op de grond liggen de beeldkaarten.
- Start zo nodig een korte bewustzijnsoefening om ieder te laten landen in de ruimte.
- Nodig vervolgens de deelnemers uit een beeld te kiezen dat iets over hun zelf kan vertellen als kleine jongen of klein meisje, iets waar hij/zij zich in aangetrokken voelt, iets wat een betekenis oproept. Er wordt niet gesproken met elkaar.

Startend met enkele vragen:

Nodig de deelnemer uit enkel te kijken naar het beeld dat hij/zij heeft uit gekozen.

Mogelijke uitnodigende vragen:

- Wat spreekt je aan in dit beeld?
- Wat roept het bij je op, welke emotie, welk gevoel ervaar je?
- Kijk eens of je in je lichaam kunt ervaren waar het beeld je raakt?
- Breng je aandacht naar deze plek en probeer er eens bij te blijven? Sluit eventueel naar behoefte je ogen.

<stilte>

- Kijk eens of je het beeld een plek kunt geven in jouw leven van dit moment, een plek waar het voor jou oké voelt
- Neem de tijd om dit plekje te vinden, maak het je comfortabel.
- Ik wil je uitnodigen je ogen te sluiten of te richten op een punt op de grond.

Meditatie oefening

Neem het beeld nog een rustig in je op

Kijk eens of je kunt onderzoeken wat het beeld je te vertellen heeft. Hoe oud ben je, waar ben je, wat doe je, wie is er nog meer

Je hebt een plek gekozen voor dit beeld, heb je dit bewust gedaan, werd je ernaartoe getrokken, heb je dit onbewust gedaan.

Wat maakt dat jouw beeld daar past, wat voelt je?

Welk verhaal hoort bij jouw beeld. Kun je het verhaal horen, zien of voelen. Wat roept het bij je op. Weke emotie blijdschap, angst, jaloezie, boosheid.

Welk gedrag hoort er bij, opgewektheid, onrust, onzekerheid, kwetsbaarheid, achterdocht, opluchting, frustraties.....

<stilte>

En als je met je aandacht even weg raakt probeer je dan vriendelijk weer terug te brengen.

Probeer nog even te blijven, jij met jouw beeld, jouw beeld op jouw plek.

Als jij er klaar voor bent kom je weer langzaam terug in deze ruimte, opent je ogen en neemt de tijd om er weer te zijn.

Vervolg

Nodig de deelnemer uit om naar de woordkaarten en muziekkaarten te gaan om de beeldkaart zo nodig aan te vullen met muziek en woord die past bij de beleefde ervaring.

Nadat je dit hebt gedaan zoek je een partner en heb je ieder 10 minuten om de oefening na te bespreken. Maak hierbij gebruik van jouw uitgekozen Beeld | woord | muziek |

Mogelijke reflectie vragen:

- Hoe heb je deze oefening ervaren?
- Wat gebeurde er met je?
- Hoe voelde jij je?

-
- Wat vertelt de emotie jou?

Werkvorm 3 Thema Voelen & rouwen

Werkvorm:

In gesprek/in stilte

Doel:

Ontmoeting met een eigen verlieservaring

Resultaat:

Bewustwording van de ervaring hoe jij jezelf ontmoet in je eigen verlies

Groepsgrootte:

2-10 personen (kan in tweetallen)

Benodigheden:

- Ruimte
- Kussens, matjes, dekens (kan hoeft niet)
- L-E-V (Beeld, woord, muziek)

Inhoud

Iedere deelnemer kiest een muziekkaart uit.

- In groepjes van twee gaan de deelnemers met elkaar in gesprek over wat deze muziek in het leven betekent of heeft betekend, wat vertelt deze muziek.
- Welk (verlies) ervaring wordt geraakt door de muziek
- Welke emotie raakt het, blij, verdrietig, boos, jaloezie, etc.
- Welke herinneringen roept de muziek op, fijne, minder fijne etc.
- Wat vertelt deze ervaring de deelnemer in het nu.
- Is de ervaring van toen ook nu nog aanwezig, welke invloed heeft deze ervaring op dit moment in het leven.
- Als er gelegenheid is nodig elkaar uit om naar ieders gekozen muziek te luisteren in stilte om zo de ervaring te delen.

Werkvorm 4 Thema plek in de verliescirkel

Werkvorm:

Gesprek

Doel:

Ontmoeting met jou persoonlijke verliesproces

Resultaat:

Bewustwording van je eigen verliesproces, fasen, taken

Groepsgrootte:

2-10 personen (kan in twee talen)

Benodigheden:

- Ruimte
- Kussens, matjes, dekens (kan hoeft niet)
- L-E-V (Beeld, woord, muziek)

Inhoud

Mogelijk om als psycho educatie de theorie van de verliescirkel aanbod te laten komen.

- Sorteert de kaarten uit die overeenkomen met de verliescirkel
- Ga in tweetallen in gesprek. Vraag de deelnemer een verliessituatie in gedachte te nemen.
- A vraagt aan B om iets te vertellen over deze ervaring met als doel samen te onderzoeken welk proces B op dit moment doorloopt of waar B zich op dit moment bevindt in de verliescirkel, uitgaande van die ene situatie.
- A nodigt uit middels het stellen van open vragen, vraagt door, durf stilten te laten vallen.
- De bedoeling is dat de deelnemers contact met elkaar maken, ervaar hoe ieder dit wel/niet doet.
- Bespreek de oefening kort met elkaar na en wissel om.

Mogelijke vragen om na te bespreken

- Welke bewustwording is er bij ieder ontstaan.
- Wat heeft de deelnemer bij zichzelf ervaren.

Werkvorm 5 Thema overleving

Werkvorm:

Gesprek/Lijfwerk/stilte oefening

Doel:

Ontmoeting met je overleving deel

Resultaat:

Bewustwording van het doen en laten van jouw overleving deel

Groepsgrootte:

Individueel (als je de vorm aanpast kan het ook met een groep)

Benodigheden:

- Ruimte
- Kussens, matjes, dekens (moet niet kan wel)
- L-E-V (Beeld, woord, muziek)

Inhoud

Mogelijk om ter inleiding een stukje psycho educatie te geven over de werking van de splitsing van de ziel.

- Vraag de deelnemer een of twee woordkaarten te kiezen waarin hij/zij zich herkent als deze in zijn overleving mechanisme schiet. Vraag naar het gedrag dat op dat moment vertoont wordt, wat is de ervaring aan de binnenzijde en wat ziet de buitenzijde.
- Vraag de deelnemer een of twee beeldkaarten/muziekkaarten kiezen die passen bij deze ervaring van gedrag. Laat de kaarten naar eigen behoefte toe lichten.
- Laat de deelnemer met een anker een plek in de ruimte kiezen waar de kaarten een plek krijgen.
- Vraag de deelnemer een anker te kiezen voor zijn gezonde deel.
- Vervolg eventueel met enkele vragen: "Voel wat de juiste afstand is, ervaar welke afstand je nodig hebt en neem je tijd".
- Nodig de deelnemer uit om op de plek van het gezonde deel te gaan staan. Informeer bij de deelnemer naar de beweging die deze graag zou willen maken en nodig uit tot het maken van deze beweging.
- Laat de deelnemer ervaren wat er gebeurt, nodig uit tot vertellen. De keuze kan ook gemaakt worden deze oefening in stilte te ervaren.



- Zo mogelijk, breid de oefening gecontroleerd uit met wat zich aandient.
- Evalueer samen het proces.



Werkvorm 6 Thema betekenis geven

Werkvorm:

Stilte

Doel:

Betekenis geven aan een verlies

Resultaat:

Aannemen van dat wat is

Groepsgrootte:

1-10 personen

Benodigheden:

- Ruimte
- Kussens, matjes, dekens (moet niet, kan)
- L-E-V (Beeld, woord, muziek)

Inhoud

- Leg alle kaarten uit op een tafel of op de grond.
- Vraag de deelnemers een verlieservaring in gedachten te nemen.
- Vraag om een aantal kaarten te kiezen die aansluiten bij deze ervaring.
- Maak eventueel gebruik van enkele verdiepingsvragen bijvoorbeeld; wat ben je kwijt geraakt bij deze ervaring; wat heeft je deze ervaring gebracht; welke emoties waren aanwezig; welke omgeving hoort er bij; welke muziek, sfeer, beelden etc.
- Vraag de deelnemers op de grond te gaan zitten en de gekozen kaarten voor zich neer te leggen, op hun benen te leggen of in de hand te houden.
- Nodig de deelnemers uit enkel te kijken naar de kaarten, op hun eigen wijze aandacht te geven aan de verlieservaring. Enkel te voelen wat innerlijk gebeurt. In stilte.
- Na enige tijd vraag je de kaarten te bundelen ze in de hand te nemen en tegen hun hart aan te leggen. In stilte.
- Rond daarna de oefening af.
- Kunt plenair kort vragen hoe de oefening is ervaren.

Werkvorm 7 Thema afscheid

Werkvorm:

Stilte

Doel:

Afscheid nemen van elkaar

Resultaat:

Dit neem ik van mijzelf mee naar huis

Groepsgrootte:

1-10 personen

Benodigheden:

- Ruimte
- Kussens, matjes, dekens (moet niet, kan)
- L-E-V (Beeld, woord, muziek)

Inhoud

- Leg alle beeldkaarten uit op een tafel of op de grond.
- Vraag ieder er twee te nemen waar hij/zij naar toe getrokken wordt.
- Laat ieder op een geeltje drie woorden opschrijven over iedere kaart.
- Vraag nu de deelnemers uit ieder rijtje een woord te kiezen en dit achter elkaar op te schrijven. Hou voor de woorden een kleine ruimte vrij.
- Als iedereen dit heeft gedaan vraag je aan de deelnemers om IK BEN voor de gekozen worden te zetten.
- Alles gebeurt in stilte en zonder overleg.
- Als afronding laat je ieder zijn eigen zinnetje hard op lezen. Daarna neem je afscheid van elkaar.

Werkvormen individueel

Werkvorm 1 Thema stapel van verlies

Werkvorm:

In gesprek en stilte

Doel:

Inzichtelijk maken van de stapel van verlies.

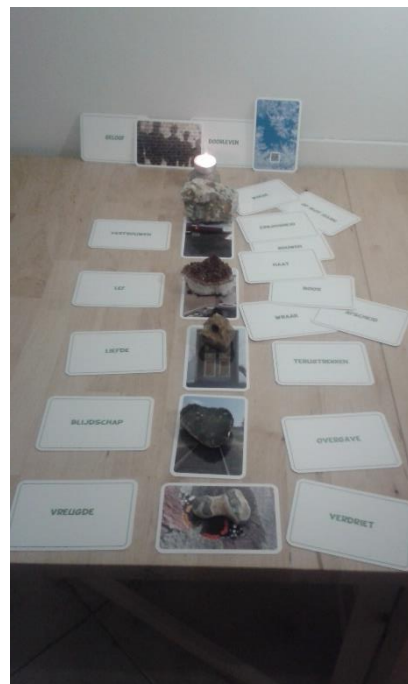
Benoemen van wat je bent kwijt geraakt en je hebt ontvangen.

Resultaat:

Inzicht en orde

Benodigheden:

- Ruimte
- L-E-V (Beeld, woord, muziek)



wat

Inhoud

- Vraag de deelnemer om voor ieder verlies een symbool te nemen, bijvoorbeeld stenen.
- Laat de deelnemer deze uitleggen in een rij, verticaal.
- Laat de deelnemer bij iedere steen een beeldkaart kiezen die iets vertelt over het verlies dat is neer gelegd.
- Weet dat verlies voor veel kan staan, overlijden, ziekte, huisdieren, vriendschap, werk, etc.
- Laat de deelnemer vertellen waarom deze kaart gekozen is, maak samen een verhaal.
- Vraag nu aan de deelnemer om de woordkaarten te nemen, optioneel is deze van te voren te sorteren in drie stapeltjes, emoties, (compensatie) gedrag, verliescirkel.
- Vraag aan de deelnemer om links van de verticale stapel neer te leggen wat door het verlies is kwijtgeraakt en rechts van de verticale stapel neer te leggen wat de deelnemer van ieder verlies heeft ontvangen. Dit doe je per verliessituatie.
- Optioneel is nog om ook in beeld uit te leggen welk gedrag bij de verliezen hoort, at heeft de deelnemer in gezet om het verlies te dragen, er mee om te gaan etc.
- Als alles is uitgelegd en verteld vraag je de deelnemer om de tijd te nemen om er samen in stilte naar te kijken, voel zelf aan hoe lang dit is.

- Optioneel is om daarna samen een lichtje te branden helemaal boven aan de verticale lijn van verlies, de stapel van verlies, hier kun je de deelnemer vragen om zijn toekomst neer te leggen, dit kan met beeldkaarten, woordkaarten en muziekaarten.
- Ter afronding kun je samen naar de muziek luisteren, de toekomst neemt de stapel van verlies mee.

Werkvorm 2 ik en mijn ikken

Werkvorm:

In gesprek en stilte.

Doel:

Inzichtelijk maken wie ben ik en welk gedrag hoort hierbij.

Resultaat:

Inzicht in het eigen handelen en bewustwording van de mogelijkheden en invloed met deze ikken in persoonlijke situaties.

Benodigheden:

- Ruimte
- L-E-V (Beeld, woord, muziek)
- Duplo, lego of ander soortig poppetje met een gezichtsuitdrukking



Inhoud

Vraag de deelnemer naar zijn ikken, wie ben ik in mijn gezin van herkomst als kind, wie als partner, wie als vriend(in), wie als collega etc. Bespreek welke rollen de deelnemer neer wil zetten als IK.

Laat de deelnemer voor iedere ik een poppetje kiezen en nodig uit tot vertellen, wat is het voor een ik, welk gedrag laat deze ik zien, wat zijn de kwaliteiten, wat de valkuilen. Welke emoties horen hierbij. Wat zet de deelnemer in om eigen ongemak te compenseren, wanneer doet de deelnemer dit wel wanneer niet, wat levert het op, wat neemt het af etc.

Gebruik de woordkaarten om gedrag of emoties neer te leggen, dit kan ook met de beeldkaarten. Als de deelnemer niet de juiste woorden kan vinden, kijk dan of het met muziek is neer te leggen of gebruik memo blaadjes en laat het uitschrijven.

Tijdens het gesprek maak je inzichtelijk welk gedrag waar vertoond wordt, hoe nuttig dit gedrag is, of hoe lastig. Dat gedrag beïnvloedbaar is. Onderzoek met de deelnemer op welke wijze dit gedrag beïnvloedbaar. Vraag welke interventie(s) de deelnemer zelf kan in zetten, wat kan de omgeving betekenen. Wat is al besproken, wat nog niet. Welke behoeften heeft de deelnemer hier zelf in etc.

En als het klaar is, is het klaar, dit is wat er is.

Neem de tijd om er samen in stilte naar te kijken, misschien wil de deelnemer nog iets veranderen.

Evalueer daarna samen kort met de vraag, "wat neem je nu mee naar huis"?

Werkvorm 3 Thema aan nemen

Werkvorm:

In gesprek en stilte

Doel:

Inzichtelijk maken welke waarden je van je ouders hebt mee gekregen en welke betekenis deze waarden voor jou hebben in het nu.

Resultaat:

Bewustwording van eigen waarden, behoeften, keuzes, hoe hier mee om te gaan en hoe deze wel/niet bewust van invloed te laten zijn in het nu.

Benodigheden:

- Ruimte
- L-E-V (Beeld, woord, muziek)
- (Houten) poppetjes zonder gezichtsuitdrukking

Inhoud

Vraag de deelnemer de ouders een plek te geven met een poppetje op tafel, informeer naar de reden van deze plek. Laat de deelnemer vertellen over de relatie tussen de ouders, wat brengt iedere ouder mee.

Vraag de deelnemer om zichzelf en de broers/zussen een plek te geven. Stel wederom de vragen, wat maakt dat je deze plek kiest, wat brengt iedere broer, zus mee etc.

Vraag om achter iedere ouder beeldkaarten neer te leggen die iets vertellen over de betreffende ouder. Wat symboliseert deze ouder en waarom.

Vraag nu om in woorden neer te leggen wat iedere ouder de deelnemer als kind heeft bijgebracht, waarden, persoonlijke eigenschappen, wat is fijn wat wordt als niet fijn ervaren. Wat herkent de deelnemer bij zichzelf wat bij de broers/zussen. Hoe uit zich dat in relatie tot elkaar.

Voer samen het gesprek hierover. Wat hebben deze waarden de deelnemer opgeleverd, wat hebben ze de deelnemer weg genomen, welke emoties horen hierbij, welk gedrag heeft de deelnemer zich aangeleerd om deze waarden te vertolken. Wat zijn de lasten in het nu, wat juist de voordelen, etc.



Vraag als het moment ervoor is aan de deelnemer of deze zich een nieuwe plek wil geven in de toekomst. Maak ook gebruik om een poppetje symbool te laten staan voor bijvoorbeeld partner/kinderen.

Vraag om de eigen waarden toe te voegen en te benoemen wat de deelnemer mee neemt en wat de deelnemer achter laat bij de ouders om een stap vooruit te zetten. Kijk samen in stilte naar het beeld op de tafel. Optioneel is om ook de andere kinderen een nieuwe plek te geven in de toekomst.

Werkvorm 4 Thema veerkracht

Werkvorm:

In gesprek en in stilte

Doel:

Inzicht verkrijgen in de persoonlijke veerkracht

Resultaat:

Bewustwording van mogelijkheden beïnvloeding eigen gedachten en gedragingen

Benodigheden:

- Ruimte
- L-E-V (Beeld, woord, muziek)
- (houten) poppetje zonder gezichtsuitdrukking



Inhoud

Laat de deelnemer zichzelf een plek geven op de tafel.

Vraag de deelnemer een beeldkaart te kiezen voor de fase/situatie waarin de deelnemer zich op dit moment bevindt.

Vraag aan de deelnemer om eigen negatief gedrag en emoties middels de woordkaarten neer te leggen aan de linkerzijde. Tip: sorteert de kaarten van te voren

Vraag ditzelfde te doen aan de rechterzijde met positief gedrag en emoties.

Laat de deelnemer het gedrag en de emoties toelichten, wat gebeurt er precies en wat zou de deelnemer graag willen dat er gebeurt.

Kies samen met de deelnemer een voorbeeld waarin het negatieve gedrag domineert.

Laat de deelnemer de emotie kiezen die op dat moment overheerst. De emotie die het, in de beleving van de deelnemer, onmogelijk maakt het ontstane gedrag zelf te beïnvloeden.

Laat de deelnemer naast deze emotie het ontstane gedrag neer leggen dat het gevolg is van deze emotie.

Vraag nu naar de persoonlijke behoefte van de deelnemer op dat moment en leg deze kaart naast het gedrag.

Laat nu de deelnemer positief gedrag uitkiezen dat het kan inzetten om aan deze persoonlijke behoefte te voldoen. Blijf vervolgens stil en vraag de deelnemer enkel om te zien en voelen wat net is neer gelegd. Bespreek de oefening kort na, welke bewustwording/inzicht treed er wel/niet op.

Werkvorm 5 Thema in stilte

Werkvorm:

In stilte

Doel:

Stil zijn met jezelf

Resultaat:

Bewustwording van enkel dat wat zich aandient

Benodigheden:

- Ruimte
- L-E-V (Beeld, woord, muziek)



Inhoud

Vraag de deelnemer een muziek kaart te kiezen naar eigen keuze. Vertel dat je een oefening gaat doen in stilte en enkel met elkaar naar de muziek gaat luisteren.

Vraag de deelnemer een gemakkelijke houding aan te nemen, nodig uit tot het sluiten van de ogen.

Luister samen naar de muziek, observeer de deelnemer. Wat zie je, wat ervaar je.

Als de muziek is afgelopen blijf dan nog even stil. Voel zelf goed aan wanneer je de stilte kunt doorbreken.

Informeer hoe het is, wat heeft de deelnemer ervaren. Werk vervolgens met de behoefte die zich aandient. (Optioneel Informeer naar de keuze, welk verhaal zit er achter de muziek).

Nawoord

L-E-V is een product dat door ontwikkeling verdient.

Dit kan alleen als ervaringen met elkaar worden gedeeld.

Graag nodig ik jou dan ook uit om jouw ervaringen met mij te delen door een mail te sturen naar info@praktijkgewoonik.nl.

De werkvormen die in deze reader staan beschreven zijn zeker niet de enige toepasbare werkvormen. Als gebruiker zal je vast ervaren dat de ene werkvorm je beter past dan de andere. Ik hoop dan ook dat je volop gaat experimenteren met L-E-V en nieuwe werkvormen ontdekt en gaat toepassen.

Ik stel het erg op prijs als je deze werkvormen met mij deelt. Graag vermeld ik ze in deze reader, uiteraard met vermelding van jouw naam.

Dank voor je aankoop en ik wens je veel L-E-V plezier.

Tot ziens!

Groet,

Francy Peeters- op het Roodt

Praktijk Gewoon IK!

Beesel