



Begeleiding

Begeleiding is bedoeld voor zorgvragers met een Persoons Gebonden Budget (PGB). In de begeleiding is speelruimte voor praten, muziek maken of luisteren, tekenen en schilderen.

Begeleiding kan ingezet worden voor mensen die graag hulp willen, omdat het op school, thuis of op het werk minder prettig gaat dan zij zouden willen. Sonja Aalbers biedt begeleiding aan mensen met burn-out, depressie of sociaal-emotionele problemen.

Door te praten, muziek te luisteren of te maken, te tekenen of te schilderen, kunt u ontdekken hoe u zich voelt en hoe u zich kunt uiten. U leert contact te maken en kunt zich beter ontspannen of tot rust komen.

Voorbeelden van materialen die aanwezig zijn: piano, gitaar, basgitaar, drumstel, djembe, fluiten, harp, contrabas, viool, zang- installatie, geluidsinstallatie en teken- en schildermateriaal.

De begeleiding is individueel of in de groep.

U kunt rechtstreeks en vrijblijvend contact opnemen voor een kennismaking.

Specialisatie

Sonja Aalbers is gespecialiseerd in het begeleiden van mensen die uit het arbeidsproces zijn geraakt of dreigen te raken, door bijvoorbeeld burn-out, depressie, spannings- of angstklachten, problemen in het sociale contact.

Methodisch

De begeleiding is methodisch en sluit zorgvuldig aan bij de doelstelling(en) in het indicatie besluit.