

Praktisch: vergoedingsmogelijkheden, locatie

Ik ben aangesloten bij het register voor geestelijk verzorgers SKGV en ik werk vanuit humanistische en boeddhistische inspiratiebron. Daarnaast, ben ik gecertificeerd mindfulness trainer bij VMBN-categorie 1.

Onze rustige, ruime en aangename praktijkruimte in centrum Arnhem is rolstoel toegankelijk en met vrij parkeren.

Vergoedingen zijn mogelijk via het Palliatieve Netwerk, nieuwe subsidiestroom vanaf 1-1-2019 voor geestelijk verzorgers in het SKGV

register; uw aanvullende zorgverzekering via mijn lidmaatschap RBCZ/ NVPA, VMBN of via uw werkgever. De praktijk is vrijgesteld van BTW door opname in register CRKBO.

Zie verder www.akkeraandachttraining.nl;
@ info@akkeraandachttraining.nl of
06-51063206



Geestelijk Verzorgster Lisette van Ardenne

Ons leven: aanraken en loslaten

Ongemak, stress, tegenslag hoort bij het leven. Het goede leven is inclusief de pijnlijke kantelmomenten en beperkingen binnen en buiten ons. Iedereen komt ze tegen door gewoon ons leven te leiden. Alles verandert, dit geldt ook voor ons kostbare lichaam en geest. We kunnen enkel invloed uitoefenen in hoe we omgaan met hoe we ouder worden, ziekte en eindigheid. Het hoort allemaal bij dit leven van moment tot moment.

In dit leren omgaan met ongemak vol schokkende en opeengestapelde veranderingen hebben we steun nodig. We zijn sociale wezens. Soms is steun van partner, familie, vrienden, lotgenoten en betrokken anderen niet voldoende. Dit kan bv gebeuren voor en na slecht-nieuws gesprekken; overgangsfases en wanneer ons verdriet en machteloosheid gestagneerd raakt.



Vereniging Mindfulness Based Trainers
Nederland en Vlaanderen



Geestelijke verzorger: milde open aandacht

Een professional, empathisch en betrokken geestelijk verzorger kan helpen met open milde aandacht voor wat u nodig heeft: vertellen, gemoed luchten, op zoek naar onze botsende innerlijke waarden en het wikken en wegen bij moeilijke besluiten. We kunnen samen een stukje op reis in deze zoektocht wanneer U dat nodig heeft.

Ik kan talloze voorbeelden geven, uit mijn jarenlange actieve mantelzorgerschap met mijn levenslustige moeder van 95 en haar strijd om steeds meer regie los te laten en zorg toe te laten; hoe haar ontkenningen tot pijnlijke en tegelijkertijd komische taferelen leidde en hoe ze nu bijna steeds helemaal NU is in een kleine woon, leef en zorgwereld.

Voorbeelden van kantelmomenten en mogelijke aanleidingen om contact te zoeken met een geestelijk verzorger: na de diagnose van beginnende dementie; is auto rijden nog verantwoord; wel/geen dagbesteding; thuiszorg die niet haar huis in komt; wachten met verhuizing naar het beste zorgcentrum en dan is het plotsklaps noodzakelijk – de emmers van alle betrokkenen lopen over; de zorg doet haar best maar er gaat van alles mis. Ik lach, huil, ben vertederd, kwaad, machteloos en steeds actiever om een gedeelde wereld te krijgen. Met verbazing hoor ik hoe zij blij is te leven.



Drs. Lisette van Ardenne: stop, wacht en ga

Ik vertrouw heilig dat de zon en maan achter de wolken schijnen. Er zijn veel stresswolken van triggers en reacties vol ongemak aanwezig ; gekleurd met vele sombere, heftige en angstige momenten. Aandacht geven aan uw innerlijke ruimte door een open gesprek vol milde aandacht waarin u uw verhaal kwijt kunt en een vrijplaats om nieuwe ordeningen te onderzoeken vanuit verbondenheid met uw lichaam, geest en hart. Als geestelijk verzorger werk ik vooral met ouderen, kwetsbaar en broos, 50 plussers, chronisch zieken en mantelzorgers.

Naast gesprekken verzorg ik op verzoek de 'Training AaNdacht voor mensen met DEmentie en Mantelzorgers'. De leidraad is het draaiboek zoals ontwikkeld aan de Universiteit van Maastricht (2018). Hierin wordt de beproefde acht weeks mindfulness training MBSR als uitgangspunt gebruikt. Lees verder: Tandemproject.nl

U kunt deze training als tandem doen met uw naaste of met meerdere 2-4 tandems tegelijk. Dit kan op uw (instelling) locatie in Arnhem e.o. of in onze eigen praktijkruimte in het Color Business Centrum.



Aanraken en Loslaten

elk moment opnieuw, elk moment fris