

Een open boek over het leven ***Een mentale opkikker door Kliniek Sint-Jozef en ARhus***

Op maandag 2 oktober van 15u30 tot 18u, op de eerste dag van de Tiendaagse van de Geestelijke Gezondheid, organiseren Kenniscentrum ARhus Roeselare, Kliniek Sint-Jozef Pittem en de Vlaamse Vereniging voor Geestelijke Gezondheid het originele evenement 'De Levende Bibliotheek – Een open boek over het leven'. Je ontmoet er Levende Boeken: mensen met een inspirerend verhaal of een aangrijpende getuigenis. Praten met een Levend Boek is de beste remedie tegen vooroordelen en taboes over geestelijke gezondheid. De Levende Bibliotheek is een initiatief naar aanleiding van de Tiendaagse van de Geestelijke Gezondheid met als thema 'Samen veerkrachtig'. Iedereen is welkom op dit gratis ontmoetingsevenement.

/ Een open boek over het leven

Naar aanleiding van de Tiendaagse van de Geestelijke Gezondheid met als thema 'Samen veerkrachtig' wenste Kliniek Sint-Jozef uit Pittem een ontmoetingsevenement te organiseren waarbij een ruim publiek in gesprek kan gaan met mensen met een inspirerend verhaal of een aangrijpende getuigenis. "We gingen op zoek naar een geschikte locatie buiten de muren van de kliniek zelf, om zo een gevarieerder publiek uit een ruimere regio aan te spreken dan wanneer we dit bij ons zelf organiseren", aldus Thomas Dhondt van Kliniek Sint-Jozef. "We kwamen al gauw in contact met ARhus. Dit open kenniscentrum in Roeselare zet sterk in op welzijn en gezondheidsvaardigheden en beschikt over een ideaal netwerk en accommodatie. Door deze samenwerking kunnen wij onze regionale opdracht ook invulling geven."

Tijdens de 'Levende Bibliotheek – Een open boek over het leven' maken geïnteresseerden en bezoekers van Kenniscentrum ARhus kennis met 'Levende Boeken'. Mensen van vlees en bloed, met verhalen over verlies en ziekte, maar vooral over hoop, herstel en veerkracht. Het zijn medewerkers en (ex)patiënten van Kliniek Sint-Jozef, Centrum voor Psychiatrie en Psychotherapie. Doodgewone mensen zoals jij en ik die hun ervaringen willen delen. "Net als in een gewone bibliotheek waar boeken toegang bieden tot onbekende werelden, biedt de Levende Bibliotheek de mogelijkheid om in de belevingswereld van een ander te stappen. Op een heel eenvoudige manier: door onbevangen in gesprek te gaan," verduidelijkt Dhondt.



/ Zo lees je een Levend Boek

Je krijgt een overzicht van de aanwezige Levende Boeken. Je kiest de verhalen die jou het meest aanspreken en maakt kennis met elke man of vrouw achter het verhaal. Met respect voor de persoon die voor je zit, mag je het Boek ontlenen. Het lezen van het Boek duurt 20 tot 30 minuten. Je luistert en stelt vragen. Het Boek vertelt en geeft antwoorden. Je verneemt hoe het voelt om er onder door te gaan. Je voelt de pijn, het verdriet en de twijfel: komt het ooit nog goed? Je leert iets over veerkracht. Je ontdekt dat het mogelijk is om er weer bovenop te raken, met vallen en opstaan en met goede ondersteuning. Het is een persoonlijk en intiem gesprek, van mens tot mens. Toch mag het Levend Boek kiezen om op sommige vragen niet in te gaan of om het gesprek te beëindigen.

Wie dit wil kan nu reeds de flappen van de boeken bekijken op www.arhus.be/kalender. Vind je een boek dat jou aanspreekt, dan kan je dit nu al via de website reserveren.

/ Remedie tegen vooroordelen en taboes

Wist je dat 1 op 4 personen in hun leven ooit te maken krijgt met psychische problemen? Er zijn in onze samenleving nog veel misverstanden, vooroordelen en taboes. ARhus wil hier samen met Kliniek Sint-Jozef Pittem iets aan doen. De getuigenissen van Levende Boeken leren ons dat wij allemaal mensen zijn met onze eigen krachten, mogelijkheden, beperkingen en kwetsbaarheden.

/ Een beproefd concept

De Levende Bibliotheek is een beproefd concept van Deense oorsprong, dat mensen met elkaar in contact brengt om zo vooroordelen te onderzoeken en tegen te gaan. De Vlaamse Vereniging voor Geestelijke gezondheid organiseert acties om een duidelijker beeld te schetsen van psychische problemen en brengt dit concept naar Vlaanderen.

/ Altijd is er hoop

Er zijn misschien wel 10 redenen te verzinnen om aan dit evenement deel te nemen. Je krijgt een unieke inkijk in de ervaringen van andere mensen, je leert over hun vallen en opstaan, je kan verdriet of geluk delen ... Maar elk van de Levende Boeken zal ons ervan overtuigen dat er - wat er ook gebeurt - altijd hoop is!



Welkom op maandag 2 oktober van 15u30 tot 18u in 'De Levende Bibliotheek' in het ARhus-café (Kenniscentrum ARhus, De Munt 8 in Roeselare). De toegang is gratis. Reserveer nu al jouw gesprek met één of meerdere 'Open Boeken' via www.arhus.be/kalender. Doorlopend kan je ook terecht in 'Atelier 1' waar enkele filmpjes een inzicht geven in de werking van Kliniek Sint-Jozef.

Niet voor publicatie – enkel voor redactie

Bieke Deceuninck, verantwoordelijke communicatie Kenniscentrum ARhus:
bieke.deceuninck@arhus.be of 0477 65 33 04.

Voor meer informatie over het initiatief, contacteer Thomas Dhondt, Kliniek Sint-Jozef
Pittem: thomas.dhondt@sjp.be of 0476 49 42 03.