



ERKENNING

Het Namaste-huis werd door de Vlaamse Gemeenschap als time-out initiatief erkend. Wij zijn partner van het PAKT dat alle voorzieningen Geestelijke Gezondheidszorg uit de regio groepeerd.

OMKADERING

Het vaste team bestaat uit een algemeen coördinator en een procescoördinator. Samen met gastvrouwen/gastheren en professioneel geschoolde vrijwilligers dragen zij de werking. In nood, indien eigen huisarts/psychiater niet te bereiken is, kan een beroep gedaan worden op de arts die met ons verbonden is.

NETWERKVORMING

- CAW Oost-Vlaanderen vzw
- RCGG vzw – CGG Eclips vzw
- Namaste vzw

PRAKTISCHE INFO

VERBLIJFSDUUR. Telkens van maandag tot vrijdag voor één of meerdere weken.

AANMELDING. Telefonisch of per e-mail.

KENNISMAKINGSGESPREK. Je komt, na afspraak, eerst langs. Wij verkennen samen of jouw vraag en ons aanbod bij elkaar passen. Aan dit gesprek zijn geen kosten verbonden.

BIJDRAGE IN DE ONKOSTEN. Dit is afhankelijk van je inkomen. Meerdere ziekenfondsen komen tussen in de verblijfskosten.

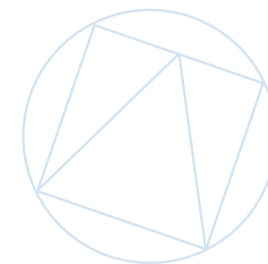
BEREIKBAAR. Zowel vanuit Gent als vanuit Brugge zijn wij met de trein vlot bereikbaar. Aan Landegem station komen wij je, indien je dat wenst, afhalen.

HET NAMASTE - HUIS

Veldestraat 57, 9850 Merendree
09 371 58 20

www.namaste-huis.be – namaste.vzw@skynet.be

KBC: IBAN: BE45 4493 6779 6189 – BIC: KREDBEBB



HET
NAMASTE
HUIS

— een plek —
om op adem te komen

HUIS VAN VEERKRACHT & VITALITEIT



NAMASTE



VOOR WIE?

JE ZOEKT NAAR EEN PLEK WAAR JE je veerkracht kan aanspreken, tijd en ruimte kan nemen voor jezelf.

JE VOELT JE SOMS niet goed in je vel, overvraagd.

JE KAN TE MAKEN HEBBEN MET vermoeidheid, stress, onzekerheid, eenzaamheid, depressieve gevoelens.

JE STELT JEZELF EN HET LEVEN VEEL VRAGEN.

JE WIL goed voor jezelf zorgen, de juiste beslissingen nemen, vreugde hebben in de dingen die je doet.

JE ZOEKT NAAR innerlijk rust, veerkracht, vitaliteit.

JE KIEST ER VOOR stil te staan bij je ervaring, te luisteren naar je lichaamssignalen, je hulpbronnen te versterken.

“Ik stond op een keerpunt in mijn leven, moest keuzes maken. Afstand nemen drong zich op. Ben blij de stap gezet te hebben. Ben er uiteindelijk uitgeraakt”.

Linda 42j.

“Ik ontdekte dat ik te veel leef vanuit ‘moetens’ van anderen. Ik kan weer verder. Ik besliste om beter naar mijn intuïtie te luisteren”.

Arno 25j

“Mijn relatie stond op het spel. Ik leerde hier mijn gevoelens naar buiten te brengen en wil er thuis verder mee aan de slag gaan”.

Riet 53j.



DOEL

Ons doel is welzijns- en gezondheidsbevordering die zichtbaar wordt in innerlijke rust, veerkracht en vitaliteit.

WERKING

Wij bieden je een tijd van begeleide time-out aan. Wij kiezen voor kleinschaligheid. Er is plaats voor zes personen. In een familiale sfeer neem je deel aan een weekprogramma met aandacht voor evenwicht tussen ervaringsgerichte activiteiten, tijd voor jezelf en ontmoeting.

VISIE EN MISSIE

Wij spreken het helend vermogen aan dat in elk mens aanwezig is. Onze aandacht gaat naar de gehele mens. Van wezenlijk belang voor ons is: dicht bij jezelf blijven en je oriënteren vanuit je eigen kompas.

WWW.NAMASTE-HUIS.BE