

Unsere Methodik

Wir arbeiten werteorientiert

d.h. authentisch, glaubwürdig, vertraulich. Wir helfen den Teilnehmern, Selbst- und Fremdstigmatisierungen zu erkennen und aufzulösen. Wir sprechen respektvoll an, was unaussprechlich erscheint. Wir zeigen Wege der Genesung auf und entwickeln miteinander neue Perspektiven.

Wir schulen

Arbeitgeber, Institutionen und Fachpersonal, Betroffene wie auch Interessierte, damit erste Anzeichen einer möglichen Erkrankung und wirksame Bewältigungsstrategien wahrgenommen werden können. Das Besondere dabei ist: Wir schulen immer im Tandem.

Verantwortungsvolles Handeln

Unsere Leistungen sind etwas wert. Wir sind dabei sozial denkende und handelnde Unternehmer. Wenn Ihre finanziellen Möglichkeiten aktuell eingeschränkt sind, sprechen Sie uns bitte offen an. Wir suchen gerne mit Ihnen nach einer guten Lösung.

Kursleitung und Kontakt

André Pollmann

DJ, Musikproduzent, Experte aus Erfahrung



Martin Weyer

MAS ZFH Bildungsmanagement; DBT Therapeut für Sozial- und Pflegeberufe



Kontakt-Adresse

Recovery College Ostschweiz

Martin Weyer
Rosentalstrasse 6
CH-9410 Heiden
+41 77 479 06 75

info@recoverycollege-ostschweiz.ch
recoverycollege-ostschweiz.ch



Recovery College
Ostschweiz



Workshop

Der Soundtrack unseres
Lebens

Workshop

Musik begleitet uns während unseres ganzen Lebens, und wichtige Lebensereignisse werden vielfach durch Popsongs oder Musikstücke geprägt. Manchmal entsteht sogar eine starke emotionale Verbundenheit zu einzelnen Bands oder Interpret*innen und ihren Songs: Sie vermitteln Stimmungen, die kaum in Worte zu fassen sind. Über die Jahre kann eine Sammlung von Songs und Musikstücken entstehen, oder anders ge-sagt: ein Soundtrack unseres eigenen Lebens.

Gemeinsam tauschen wir uns über diese persönlichen Soundtracks aus. Die Kursteilnehmenden sind eingeladen, ein oder zwei Musikstücke, die ihnen wichtig sind oder die ihr Leben geprägt haben, mitzubringen und einander vorzustellen. Wir tauschen uns darüber aus, welche Bedeutung sie haben und ordnen sie entsprechenden Lebenssituationen zu. Und wer weiss,- vielleicht entdeckt die oder der eine oder andere für sich einen neuen Song für ihre oder seine eigene Lebenssituation



Workshop

Datum:

Samstag 9. November 2024 von 13.00-17.00 Uhr

Ort:

Kurszentrum OdA Gesundheit und Soziales Thurgau,
Marktplatz 1, 8570 Weinfelden

Adressat*innen:

Menschen, für die Musik wichtig ist.

Methoden:

Impulsreferate, Übungen, Arbeit in Kleingruppen,
Erfahrungsaustausch

Anzahl Teilnehmer:

Mindestens 4 bis maximal 12 Personen

Kurskosten:

CHF 100,- pro Person

CHF 40,- für Sozialhilfe- und IV-Bezüger

Falls die Finanzierung ein Hinderungsgrund ist, um einen RCO-Kurs zu besuchen, melden Sie sich bitte unter: kurse@recoverycollege-ostschweiz.ch

Anmeldefrist:

bis 1 Woche vor Seminarbeginn

Anmeldung:

Martin Weyer, Sekretariat Recovery College Ostschweiz

E-Mail: kurse@recoverycollege-ostschweiz.ch

Angebot und Zielgruppen

Miteinander wachsen lernen

Unser Bildungsangebot richtet sich an Menschen mit eigenen Krankheits- und Beeinträchtigungserfahrungen, an Angehörige, an Fachpersonen des Gesundheitswesens sowie generell an alle Gesundheitsinteressierten.

Das Besondere dabei: Alle Kurse werden im Tandem moderiert und mindestens eine/r der Kursleiter*innen hat selbst seelische Krisen durchlebt. Expertenwissen aus eigener Erfahrung und Expertenwissen per Ausbildung kommen so in bereichernder Weise zum Tragen.

Im Mittelpunkt der Kurse steht der persönliche Erfahrungsaustausch der Teilnehmenden mit den jeweiligen Schulungsthemen. Wir sind offen für die Vielfältigkeit von Wahrnehmungen und jeder Beitrag zählt!

Unsere Unterstützer sind:

