

# Positieve Gezondheid

## WORKSHOP

Bij **Healthy Ageing Netwerk Noord-Nederland** (HANNN) staat Positieve Gezondheid centraal. Wij werken mét mensen en kijken vooral naar wat iemand wel kan. Onze focus ligt op het versterken van persoonlijke veerkracht en mogelijkheden.

Veel HANNN-medewerkers zijn professioneel getraind in het gedachtegoed van Positieve Gezondheid via het Institute for Positive Health (iPH). Zij geven op maat gemaakte workshops en lezingen over dit thema, afgestemd op de behoeften en wensen van jouw organisatie of team.



### Wat is Positieve Gezondheid?

Ons denken over ziekte en gezondheid verandert: de mens is niet zijn aandoening. Toch ligt de focus in de zorg vaak op klachten en oplossingen voor gezondheidsproblemen. Positieve Gezondheid kiest voor een andere invalshoek. Het gaat niet om de aanwezigheid van ziekte, maar om de mens zelf: om veerkracht, betekenis en welzijn. Kun je jezelf goed redden? Voel je je gelukkig? Is er zorg of steun nodig? Het doel is dat jij je gezond en energiek voelt, op een manier die bij jou past.

# Positieve Gezondheid

## Workshop Positieve Gezondheid

In onze workshop gaan we in op de basisprincipes van Positieve Gezondheid. *Wat weten de deelnemers al? Wat betekent Positieve Gezondheid voor hen?* Aan de hand van praktijkvoorbeelden introduceren we het Actiewiel en het gespreksinstrument Mijn Positieve Gezondheid (spinnenweb). Vervolgens gaan de deelnemers zelf aan de slag met hun eigen Positieve Gezondheid, wat leidt tot nieuwe inzichten en persoonlijke ontwikkeling.

Heb jij interesse in- of vragen over Positieve Gezondheid?  
Neem dan contact met ons op via **info@hannn.eu**

