



OPEN **KAART**

GEZOND VAN GEEST ☺

Een kaartspel dat lichamelijk, geestelijk en sociaal welbevinden bespreekbaar maakt, hulpverlening toegankelijker maakt, en zelfzorg stimuleert.



€10

Bestel online via
www.bijzondergewoon.be

Waarom dit spel?

In onze huidige maatschappij stijgt de druk om het goed te doen en te presteren jaar na jaar. We leven samen in onze maatschappij, maar hebben ook regelmatig het gevoel alleen te staan met onze kwetsbaarheden. Dit spel wil mee het taboe rond kwetsbaarheden doorbreken.

Het hoe en wat?

Het spel wordt in 3 groepen gespeeld. Dit kan in gezinsverband, met vrienden of in verenigingsverband. De 3 groepen stellen alles in het werk om de eenzaamheid van hun personage te doorbreken door een zo groot mogelijk sociaal netwerk, in de vorm van kaarten, rond hun personage uit te bouwen.

De thema's in het spel zijn onderverdeeld in 4 categorieën: praat 1 minuut over, doe-vragen, meerkeuzevragen en waar of niet waar vragen.

De vragen zijn zodanig opgesteld dat ze antwoord bieden op de vele taboes en onwetendheden rond lichamelijk, geestelijk en sociaal welbevinden.

Op iedere kaart staat ook een weetje. Ook deze zijn wetenschappelijk onderbouwd en getoetst bij diverse interne en externe partners. Via de punten en actiekaarten wordt de nodige competitie in het spel gebracht.

Realisatie?

Het spel werd gerealiseerd door mensen die dagelijks werken in de zorg. Hun kennis en ervaringen stelde ons in staat om bijna alle thema's die binnen geestelijke gezondheidszorg leven aan te raken, zoals dementie, alcohol, drugs, verstandelijke beperking, psychose, hechting, familiewerking,... Ook thema's die ons als mens persoonlijk raken, zoals gezond eten en bewegen, seksualiteit, vriendschap, troost, geloof, enz. komen aan bod.

Meer informatie en bestellen?

Wens jij op een speelse manier geestelijke gezondheid bespreekbaar te maken en zo bij te dragen aan het doorbreken van het taboe? Bestel dan jouw exemplaar.

Kostprijs 10 euro.

De opbrengsten gaan integraal naar projecten in de geestelijk gezondheidszorg.

Het spel werd gerealiseerd in het kader van de viering van 175 jaar Geestelijke Gezondheidszorg in Sint-Truiden.