

“Om oordeelvrij in gesprek te gaan is je toon heel belangrijk” – Micha van Eck (sociaal makelaar)

Steeds meer hulpverleners willen inwoners ondersteunen om gezonder te leven. Dat is een mooie ontwikkeling, want gezonde gewoontes aanleren en volhouden is niet makkelijk. Zeker niet als je in moeilijke omstandigheden leeft.

We weten dat het helpt om in gesprek te gaan over gezondheid en het verhaal achter ongezonde leefgewoontes. Toch merken we dat veel professionals praten over gezondheid en leefgewoonten niet altijd makkelijk vinden. Onderwerpen zoals gewicht, stress, rookgedrag of mentale gezondheid kunnen gevoelig liggen. Schaamte of ongemak spelen vaak mee, zowel bij inwoners als bij hulpverleners.

Dat is niet vreemd want iedereen heeft oordelen. Juist die oordelen kunnen het lastig maken om echt open en oordeelvrij in gesprek te gaan.

Herken je dit? En wil je leren hoe je op een open, gelijkwaardige manier met inwoners over gezondheid kunt praten?

Gratis interactieve training

Pharos heeft kennis en handvatten over dit onderwerp samengebracht in een **gratis interactieve training** onder leiding van Annegien Langedijk en Lisanne Mulderij. Deze training is speciaal voor professionals die werken in het sociaal domein en die oordeelvrij in gesprek willen gaan over leefgewoonten.

Wat kun je verwachten?

Interactieve kennissessie op donderdag 12 februari 2026 (11.00 – 13.00 uur, online via Teams):

- Oordelen, aannames en ‘heilige huisjes’
- Oordeelvrij in gesprek en omgaan met schaamte
- Het brede verhaal achter ongezond gedrag
- Autonomie en een gelijkwaardige relatie
- Ontschuldigen
- Samenwerken met anderen

Zelf oefenen tijdens praktijkperiode

- Je gaat zelf aan de slag met korte praktijkopdrachten en oefent met de handvatten uit de sessie tijdens je dagelijkse werkzaamheden.

Terugkomsessie op dinsdag 31 maart 2026 (11.00 – 12.30 uur, online via Teams):

- Hoe ging het oefenen in de praktijk?
- Welke vragen heb je nog?

Extra bonus: je ontvangt een handig pakketje thuis met daarin onder andere **spiekkaartjes** die je helpen tijdens gesprekken.

Er is een **beperkt aantal plekken** voor de training, dus **meld je snel aan!**

Voor vragen: a.langedijk@pharos.nl en l.mulderij@pharos.nl.