

# Stem vinden

Lekker zingen, je lichaam ervaren als een instrument,  
je eigen stem vinden, samen met anderen, meer gaan stromen.  
Zingen als een manier om je lichaam weer toe te eigenen  
als het je vreemd is geworden na seksueel misbruik.



Hendrik Werkman

Stem vinden is een nieuw groepsaanbod van de stichting VPSG in het najaar van 2019. Het combineert klank geven en stil worden, aandacht en aankomen in je lichaam, meditatie en beweging, zang en spiritualiteit. In de 7 bijeenkomsten proeven we telkens een woord uit het Latifa of levensgebed, zoals bestaan, verlangen, loslaten, vertrouwen. Je onderzoekt wat het jou brengt, de groep ondersteunt daarbij.

Als je denkt dat dit iets voor jou is, kom dan naar de pilot op woensdagmorgen 20 maart 2019 in het Graalhuis, Nieuwegracht 51, Utrecht, van 10.00 uur – 12.15 uur.

## Begeleiding

Catrien Posthumus Meyjes, *cantrix en coach De Stroom*  
en Judith van der Werf, *counselor VPSG, oud IKON pastor.*

Kosten voor 20 maart 2019: €10,-

## Aanmelden en info

stichting VPSG, tel. 023 – 5328222 of [info@vpsg.nl](mailto:info@vpsg.nl)

