

## **Goed gesprek bij levensvragen**

Sommige dingen kunnen U lang dwars blijven zitten. Bijvoorbeeld: Niet opgeloste zaken uit het verleden. Verloren kansen. Verkeerde beslissingen. Niet verwerkte trauma's. Spanningen in een relatie. Wellicht de vraag: "Heb ik het vroeger wel goed gedaan?"

U kunt wisselende gevoelens ervaren: geluk, spijt, tevredenheid, boosheid, verdriet, ongenoegen, spijt enz. Soms is het te lastig om alleen, met die gevoelens om te gaan.

Dan heeft u misschien behoefte aan een onpartijdig en deskundig luisterend oor. Een gesprek van mens tot mens. Zorgvuldig, betrouwbaar en met een vaste gesprekspartner. ***De KBO biedt deze dienst gratis (ook voor niet leden)*** aan. "Ons gesprek" biedt u de mogelijkheid om met een van de vrijwilligers over uw levensvragen te praten. Deze mensen zijn daarvoor speciaal opgeleid en hebben veel ervaring. De gesprekken brengen rust in hoofd en hart. Dat kan omdat er zonder oordeel naar u geluisterd wordt. De vrijwilliger biedt u de ruimte om te praten, helpt u – na een paar gesprekken - om uw gedachten te ordenen en nieuwe inzichten te ontwikkelen. U kunt daarna weer met een opgeruimd gevoel verder.

U mailt met de KBO-Brabant. [info@kbo-brabant.nl](mailto:info@kbo-brabant.nl)  
Onder vermelding van "ons gesprek".  
Of u belt 073-6444066

Meer informatie vindt u op de website van KBO-Brabant  
<https://www.kbo-brabant.nl/gesprek-over-levensvragen/>

**Hier vindt u ook een korte, zeer informatieve, film ter introductie**