



# Livshistoriefortælling



Tidligere kursist har sagt om peer-undervisningen:

*Jeg, personligt, har fået idéer med, som giver mening i eget liv.*

## Kursusnummer 120

Vi har alle en række historier om vores liv.

Men hvad fortæller du om dig selv og din rejse til der, hvor du er nu? Hvilke oplevelser har særligt været med til at definere dig og dine historier?

De historier, du fortæller om dig selv, har en betydning for din trivsel.

Når vi fortæller om vores eget liv, har vi mulighed for at lære om os selv.

På dette kursus taler vi om, hvad vores livshistorier gør ved os selv og hinanden og om, hvordan man kan bruge dem i forskellige situationer.

Vi taler om betydningen af, hvem man fortæller til og om, hvad man lægger vægt på i sin fortælling. Vi drøfter også, hvilke vendepunkter vi har mødt. Vi deler livshistoriefortællinger med hinanden og erfaringsudveksler, hvordan det er at fortælle sine historier.

Dette kursus er også for dig, der som fagperson eller pårørende har lyst til at blive klogere på, hvordan du støtter andre, og hvad man kan lægge vægt på i sin fortælling om sig selv.

## Tidspunkt

Mandag 3. maj 2021 kl. 13.00 - 15.30

Mandag 10. maj 2021 kl. 13.00 - 15.30

## Sted

Recovery-skolen Viborg

Lokale 1.1

Søndersøparken 16

8800 Viborg

## Undervisere

Jonas Blæhr Andreasen

Mette Ludvigsen

## Tilmelding

Senest 7 dage før kursusstart på:

[mestring.viborg.dk/recovery-skolen](https://mestring.viborg.dk/recovery-skolen)

## Spørgsmål

Vedrørende kursus eller tilmelding, kontakt underviserne på tlf. 87 87 71 01

# Recovery-skolen Viborg

Recovery-skolen Viborg  
Center for Mestring  
Søndersøparken 16  
8800 Viborg

## Parkeringsmuligheder

Kom gerne i god tid og husk at bruge parkeringskort.  
Oversigt over p-pladser og parkeringskort er i receptionen i Center for Mestring.

## Tilmelding

Fra 1. december 2020 til 7 dage før det enkelte kursus starter på:

[mestring.viborg.dk/recovery-skolen](http://mestring.viborg.dk/recovery-skolen)

## Spørgsmål

Vedrørende kurser og tilmelding kontakt:  
Underviserne på Recovery-skolen på [recoveryskolen@viborg.dk](mailto:recoveryskolen@viborg.dk) eller

Tlf. 87 87 71 01

Mere info om Recovery-skolen Viborg, se:

[mestring.viborg.dk/recovery-skolen](http://mestring.viborg.dk/recovery-skolen)

