

# EXPEDITIE WORKLOAD

## Doel

We willen de kennis rond emotionele arbeid vergroten, de deelnemers bewust maken van de mate waarmee ze er in aanraking komen, en welke impact dit op hen heeft. Daarnaast willen we openheid creëren om over emotionele arbeid te spreken. De deelnemers krijgen tips van de begeleider, maar stimuleren en inspireren elkaar ook. Ze stellen de verwachtingen van zichzelf als huishoudmanager bij tot een realistisch(er) niveau.

## Doelgroep

Iedereen die samenwoont met anderen en (deels) een gemeenschappelijk huishouden runt. Bijvoorbeeld koppels (met inwonende kinderen), alleenstaande ouders met kinderen die helpen in het huishouden of huisgenoten.

## Aantal deelnemers

Tijdens het spel is er ruimte voor persoonlijke verhalen en deelnemers kunnen zich kwetsbaar opstellen. Voorzie genoeg deelnemers om voldoende uitwisseling te creëren, maar maak de groep niet té groot. Een geschikt aantal deelnemers is 3 tot 10.

## Materiaal

Spelbox

## Materiaal zelf te voorzien

Stoelen



## Duur

De spelbegeleider beslist zelf hoe lang het spel duurt. Er is geen afgebakend einde. Je kan na elke vraag afronden. Er kunnen verschillen zijn tussen de groepen. Zo zal de ene groep veel interactiever zijn en langer praten over een vraag of casus. Terwijl er bij een andere veel minder input kan zijn. Voorzie voldoende tijd voor een rustige, aangename afsluiting (1 à 2 uur).

## Begeleider

- Je kan dit zelf als *professional* geven aan een groep.
- Een (educatief) medewerker van Rebelle kan dit begeleiden.
- Een groep ouders kan dit zelfstandig gebruiken.

## Prijs

Gratis: particulieren

€ 75: partners en non-profit organisaties

€ 125: niet-partners

Wil je het pakket lenen? Dat is gratis. Je betaalt wel € 50 waarborg.

## Aanvragen

Raadpleeg je provinciale secretariaat:

- Oost-Vlaanderen: [oost-vlaanderen@rebelle-vzw.be](mailto:oost-vlaanderen@rebelle-vzw.be), 09 333 57 79
- West-Vlaanderen: [west-vlaanderen@rebelle-vzw.be](mailto:west-vlaanderen@rebelle-vzw.be), 056 23 03 79
- Antwerpen: [antwerpen@rebelle-vzw.be](mailto:antwerpen@rebelle-vzw.be), 03 285 43 38
- Brabant: [brabant@rebelle-vzw.be](mailto:brabant@rebelle-vzw.be), 02 546 14 26
- Limburg: [limburg@rebelle-vzw.be](mailto:limburg@rebelle-vzw.be), 011 27 85 10