

# WIJ CORPUS DEN HOORN

## MET ELKAAR VOOR ELKAAR

### Buurtinitiatief: Deugdencafé in De Semmelstee

Sinds januari kun je naar het Deugdencafé in buurtcentrum De Semmelstee. Maandelijks staat er een deugd centraal, zoals Eerlijkheid, Liefde of Doorzettingsvermogen. Wat betekenen ze voor je? Hoe pas je ze in de praktijk toe? Iedereen is welkom, ongeacht leeftijd, afkomst, religie of cultuur.

#### Positief gesprek over een deugd

Misschien vind je 'deugd' een ouderwets woord. "Dat kan ik best begrijpen," vertelt Annelies Wiersma, initiatiefnemer van het Deugdencafé, zelf wonende in Hoornsemeerwijk.

#### Hoe moet je deugden zien en waarom een Deugdencafé?

"Deugden zijn positieve, menselijke kwaliteiten. Moed bijvoorbeeld. Of Respect. Of Geduld. Mijn uitgangspunt is dat iedereen deze kwaliteiten in zich heeft. Het is heel leuk en inspirerend om met elkaar over deze woorden in gesprek te gaan. Ik stel vragen, zoals: op welke manieren kun je eerlijkheid tonen? Wat is het belang van eerlijkheid? Is eerlijkheid altijd positief? Of is tact soms een betere keuze? Of verdraagzaamheid? Deelnemers ontdekken de veelzijdigheid van deugden, en ook hoe ze vaak met andere deugden samenhangen. De gesprekken inspireren om deugden bewuster in te zetten. Deugden vormen de kern van je karakter. Je krijgt meer zelfvertrouwen om jezelf te zijn. Tegelijkertijd krijg je ook meer begrip voor anderen wanneer je hoort hoe zij deugden beleven en toepassen. Dat is vaak heel verrassend, mensen komen tot mooie inzichten."

#### Wat is het verschil met normen en waarden?

"Een gesprek over deugden is inderdaad anders dan een gesprek over waarden en normen. Waarden hebben iets abstracts, iets algemeen. Deugden zijn de dagelijkse toepassing van waarden. Deugden zijn ook anders dan normen. Normen begrenzen en sluiten af. Het zijn vaak regels die opgelegd worden en verbieden. Een gesprek

over waarden en normen leidt dikwijls tot discussie en onenigheid, terwijl een gesprek over deugden juist verbindt. Iedereen tracht deugden ten goede in te zetten. Soms zien we dat niet en irriteert gedrag van een ander ons. Tijdens het Deugdencafé leer je met een deugdenbril naar situaties te kijken. Je ontwikkelt begrip, openheid en bewustzijn."

#### Voor wie is het Deugdencafé?

"Iedereen is welkom, ongeacht leeftijd, afkomst, religie of cultuur. Je wordt geïnspireerd om de deugd van de maand mee te nemen in je gezin, relatie, school, werk met kinderen of volwassenen, buurt, omgeving, of gewoon voor jezelf. Je helpt mee een positieve rimpel te verspreiden in de wereld. Te beginnen in onze eigen wijken: Corpus den Hoorn, de Piccardthof en Ter Borch, maar Stadgers van buiten deze wijken zijn ook welkom."

#### Praktische informatie:

Begeleider: Annelies Wiersma, deugdencoach en communicatietrainer

Locatie: Buurtcentrum de Semmelstee, Semmelweistraat 182, Groningen

Tijd: van 19.30 - 21.30 uur; inloop met koffie en thee vanaf 19.15 uur

Bijdrage: € 10,- per keer (of als geld een kwestie is € 5) inclusief koffie, thee en lekkers

Aanmelden: via [www.actonvirtues.nl/contact](http://www.actonvirtues.nl/contact) of stuur een SMS of Whatsapp naar 06-42625469.

Tip: geef u op tijd op, er is maximaal plaats voor 12 deelnemers, vorige Deugdencafé's waren volgeboekt.

#### De deugden/thema's voor 2018 zijn:

Liefde (14 februari), Doorzettingsvermogen (14 maart), Eerlijkheid (18 april), Idealisme (16 mei), Mildheid (20 juni), Samenwerking (19 september), Flexibiliteit (17 oktober), Onthechting/Loslaten (14 november), Eenvoud (12 december). Kijk ook op [www.actonvirtues.nl/agenda](http://www.actonvirtues.nl/agenda).