



# ZINGESPREK

## April – Waar hoor ik echt bij?

Korte omschrijving:

Iedereen verlangt naar ergens bij horen. Tegelijk kennen we momenten waarop we ons los voelen of zoeken naar onze plek. We onderzochten wat het voor ons betekent om ergens écht bij te horen, bij anderen en bij onszelf.

### Prikkelende vragen:

- Wanneer voel jij je ergens écht thuis?
- Wanneer voel jij je juist niet verbonden?
- Wat heb jij nodig om je ergens bij te voelen horen?

### Gebruikte kaartjes:

- “Ik hoor erbij zoals ik ben”
- “Wat maakt dat jij je welkom voelt?”
- “Waar voel jij je gezien?”
- “Je hoeft niet te passen om erbij te horen”

- “Wat houdt jou soms op afstand?”
- “Waar kun jij jezelf zijn?”
- “Verbondenheid begint bij jezelf”
- “Wat zoek jij in anderen?”
- “Wanneer voel jij vertrouwen?”
- “Wat betekent ‘thuis’ voor jou?”

### **Aanvullend blok voor april:**

#### Boek

Braving the Wilderness – Brené Brown

#### Podcast

*Where Should We Begin?* – Esther Perel

<https://open.spotify.com/show/3fKOTwtnX5oZLaiNntKWAV>

#### YouTube

Brené Brown – The Power of Vulnerability

<https://youtu.be/iCvmsMzIF7o>

#### Muziek

Home – Edward Sharpe & The Magnetic Zeros

<https://open.spotify.com/track/6Zqj0a0z4S2aZq2Y1R6aJg>

#### Volgende zingesprek

Dinsdag 12 mei

Thema: Wat betekent gastvrijheid in deze tijd?

<https://www.apgen.nl/activiteiten/2026/mei/zingesprek-wat-betekent-gastvrijheid-in-deze/>

Je bent van harte welkom.

Neem gerust iemand mee die dit thema ook raakt.