

Herstelwerkgroep Leusden

Een herstelwerkgroep is een veilige plek waar je met ervaringsgenoten werkt aan je herstel. In de groep deel je ervaringen, steun je elkaar en ontdek je nieuwe inzichten. Twee ervaringsdeskundigen of ervaringsvrijwilligers begeleiden de bijeenkomsten. Ieder gesprek verloopt vanuit gelijkwaardigheid en wederkerigheid; iedereen mag praten, luisteren en leren, zonder oordeel. Thema's zoals veerkracht, grenzen aangeven, omgaan met tegenslagen en eigen regie komen aan bod. Soms werken we met opdrachten of oefeningen die helpen om ervaringen te verkennen en doelen te stellen.

Deelnemen aan een groep geeft herkenning en erkenning, waardoor je minder alleen staat in je proces. Je leert van anderen en ontwikkelt meer zelfinzicht en zelfvertrouwen. Door samen te reflecteren en elkaar te ondersteunen, zet je stappen richting herstel op jouw eigen manier.

Aantal bijeenkomsten: doorlopende groep (om de week) van 2 uur.

Maximaal aantal deelnemers: 10

Deelname is gratis.

Datum: vanaf maandag 14 juli, om de week, m.u.v.: 25 aug en 5 sept.

Tijdstip: 11:30-13:30 uur

Locatie: Buurthuis de Bron

Adres: Hoefijzer 18, 3833 XB Leusden

Vragen? Mail dan naar info@herstelnetwerkeemland.nl.
Aanmelden kan via onderstaande website.

www.herstelnetwerkeemland.nl

