

Herstelwerkgroep Amersfoort

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 donderdag 12 juni, om de week, m.u.v: 26 juni, 21 aug.

Tijdstip: 11:30-13:30 uur

Locatie: Wijkcentrum het Klokhuis

Adres: Weberstraat 2, 3816 VC Amersfoort

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

www.herstelnetwerkeemland.nl

