



## AANMELDEN

  Aanmelden kan via [www.herstelacademie.org](http://www.herstelacademie.org) of door een e-mail te sturen met je gegevens naar: [cursusadministratie@herstelacademie.org](mailto:cursusadministratie@herstelacademie.org)

## MEER HANDIGE GEGEVENS

  Voor een gesprek met een informatiemedewerker: [peersupport@herstelacademie.org](mailto:peersupport@herstelacademie.org) / 06-57866387

 Voor overige informatie en vragen e-mailen naar: [informatie@herstelacademie.org](mailto:informatie@herstelacademie.org)

 **WEBSITE** [www.herstelacademie.org](http://www.herstelacademie.org)

 **TELEFOON** Herstelacademie Haarlem en Meer  
Marcia Kroes 06-33735694 • 023-7996618  
Karin Goudsmit 06-52179296  
06-10015544

 **FACEBOOK** [www.facebook.com/HerstelacademieHaarlemenMeer](https://www.facebook.com/HerstelacademieHaarlemenMeer)

 **INSTAGRAM** [www.instagram.com/herstelacademie](https://www.instagram.com/herstelacademie)

## OVER DE HERSTELACADEMIE

De Herstelacademie is een leeromgeving voor mensen met een psychische en/of verslavingskwetsbaarheid. Dit houdt in dat het programma bestaat uit cursussen, workshops en herstelgroepen waarin men samen werkt aan herstel. Met herstel bedoelen wij weer in staat zijn om je leven te leiden zoals het voor jou zinvol en fijn is. Iedereen die zich aangesproken voelt door het aanbod, is welkom.

In deze folder kun je het aanbod vinden van de cursussen, workshops en herstelgroepen waaraan je kunt deelnemen. Je kunt natuurlijk zelf een keuze maken uit het programma-aanbod, je kunt ook om ondersteuning vragen van één van onze medewerkers om het aanbod te bespreken, zodat je een duidelijker beeld krijgt van wat het allemaal inhoudt.

In alle groepen delen mensen ervaringen en vinden veel (h)erkenning met elkaar. Dit is ook de kracht én de werkende factor van de Herstelacademie. Alle medewerkers hebben ervaring met een psychische en/of verslavingskwetsbaarheid en maken ook onderdeel uit van de groep.

**KORTOM:  
WELKOM BIJ DE HERSTELACADEMIE!**



## PROGRAMMA-OVERZICHT januari - juli 2022

## MEER INFORMATIE?

Voor aanmelden, meer informatie over onze cursussen, workshops en herstelgroepen en mogelijke wijzigingen neem een kijkje op onze website: [www.herstelacademie.org](http://www.herstelacademie.org)

Voor één of meerdere flyers kun je contact opnemen met de cursistenadministratie via [cursusadministratie@herstelacademie.org](mailto:cursusadministratie@herstelacademie.org)

Kijk ook eens op:  
[www.facebook.com/HerstelacademieHaarlemenMeer](https://www.facebook.com/HerstelacademieHaarlemenMeer)  
[www.instagram.com/herstelacademie](https://www.instagram.com/herstelacademie)

VERNIEUWDE  
WEBSITE

[www.herstelacademie.org](http://www.herstelacademie.org)



De hoofdlocatie van de Herstelacademie is gevestigd in Haarlem aan het Leonardo Da Vinciplein 73, op de eerste etage van het Centrum voor Ontmoeting (vestiging van Dock), 2037 RR Haarlem

Daarnaast hebben wij dependances in Zandvoort:  
Wijkcentrum Blauwe Tram, Louis Davidscarré 1, 2042 LZ Zandvoort (locatie van het Pluspunt)  
en locatie Pluspunt, Flemingstraat 55, 2041 VW Zandvoort

Alle cursussen en workshops vinden plaats op onze hoofdlocatie: Leonardo Da Vinciplein 73, 1<sup>o</sup> etage in Haarlem (tenzij anders aangegeven)!

## 1. KOERSEN NAAR EIGEN KRACHT/AAN DE SLAG MET JE HERSTEL

### CURSUSSEN

#### 1A. HERSTELLEN DOE JE ZELF

Haarlem: start donderdag 24 februari, 12 lessen van 10-12 uur

Haarlem: start vrijdag 3 juni, 12 lessen van 13-15 uur

Haarlem avondcursus: Kijk op de website voor meer informatie

Zandvoort: start maandag 10 januari, 8 lessen van 14-16 uur,

Wijkcentrum Blauwe Tram, Louis Davids carré 1

Zandvoort: start woensdag 4 mei, 8 lessen van 13-15 uur,

Wijkcentrum Blauwe Tram, Louis Davids carré 1

#### 1B. ONTDEK JE TALENT

Start woensdag 12 januari, 6 lessen van 10-12 uur

Start woensdag 2 maart, 6 lessen van 10-12 uur

#### 1C. WRAP (WELLNESS RECOVERY ACTION PLAN)

Haarlem: start maandag 21 februari, 8 lessen van 13-16 uur

Haarlem: start vrijdag 29 april, 8 lessen van 10-13 uur

Zandvoort: start woensdag 9 februari, 8 lessen van 13-16 uur,

Pluspunt, Flemingstraat 55

#### 1D. HOP (HONEST, OPEN & PROUD)

Start maandag vrijdag 11 februari, 4 lessen van 12.30-15.30 uur

Start donderdag 31 maart, 4 lessen van 9.45-12.45 uur

Start dinsdag 10 mei, 4 lessen van 10-13 uur

Start vrijdag 1 juli, 4 lessen van 10-13 uur

#### 1E. DENKEN EN DOEN

Start vrijdag 11 maart, 8 lessen van 10-12 uur

#### 1F. CURSUS HOOGGEVOELIGHEID

Start maandag 10 januari, 6 lessen van 10-12 uur

Start maandag 7 maart, 6 lessen van 10-12 uur

#### 1G. CURSUS TRAUMA

Start donderdag 20 januari, 6 lessen van 10-12 uur

### WORKSHOPS

#### 1H. LUISTEREN ZONDER OORDEEL EN AANNAMES

Woensdag 19 en 26 januari van 13-16 uur

Woensdag 1 en 8 juni van 13-16 uur

#### 1I. OPPERUIMD STAAT NETJES!

Start vrijdag 14 januari, 4 keer om de 2 weken van 13-15 uur

Start vrijdag 11 maart, 4 keer om de 2 weken van 13-15 uur

#### 1J. HERSTEL EN HOUVAST

Start donderdag 20 januari, 2 lessen van 10-12 uur

Start donderdag 2 juni, 2 lessen van 10-12 uur

## 1K. GROEPEN

### HERSTELGROEP JONGVOLWASSENEN

1x per 14 dagen (even weken) op vrijdag van 15.30-17.30 uur

### HERSTELGROEPEN

1x per 14 dagen (even weken) op donderdag van 13-14.30 uur

of 1 x per 14 dagen (even weken) op woensdag van 14-16 uur

### DEPRESSIE STEUNGROEP ZANDVOORT

Zandvoort, elke donderdagavond van 19.30-21 uur,

Pluspunt, Flemingstraat 55

### BORDERLINEGROEP

1x per 14 dagen (oneven weken) op woensdag van 14-16 uur

### VERSLAVINGSGROEP (ALCOHOL ALS BASIS)

Haarlem: Elke zondag kun je vrij binnenlopen van 11-13 uur

Zandvoort: Elke dinsdagavond kun je vrij binnenlopen van

19.30-21 uur. Wijkcentrum Blauwe Tram, Louis Davids carré 1,

2042 LZ Zandvoort

### GROEP SAMEN STERKER, EEN GROEP VOOR VROUWEN MET EEN NIET-WESTERSE ACHTERGROND

Dag en locatie wordt bekend gemaakt via

[www.herstelacademie.org](http://www.herstelacademie.org)

### HERSTELGROEP EETPROBLEMEN

1x per 14 dagen (even weken) op maandag van 13-14.30 uur

### KOPPGROEP

1x per 14 dagen (oneven weken) op dinsdag van 10-12 uur

### LOCATIES

Alle cursussen en workshops vinden plaats op onze hoofdlocatie aan het Leonardo Da Vinciplein 73, eerste etage in Haarlem (tenzij anders aangegeven)!

## 2. ZINGEVING

### 2A. LEZING FILOSOFIE, SPIRITUALITEIT EN HERSTEL

Kijk op [www.herstelacademie.org](http://www.herstelacademie.org) wanneer de volgende lezing is

### 2B. BASIS ZIN- EN BETEKENISGEVING

Start dinsdag 18 januari, 6 lessen van 10-12 uur

Start woensdag 4 mei, 6 lessen van 10-12 uur

### 2C. VERVOLG ZIN- EN BETEKENISGEVING

Start dinsdag 15 maart, 5 lessen van 10-12 uur

Start woensdag 29 juni, 5 lessen van 10-12 uur

### 2D. VERLIES EN ACCEPTATIE

Start maandag 17 januari, 5 lessen van 13.15-15.15 uur

Start maandag 30 mei, 5 lessen van 13.15-15.15 uur

### 2E. DE KRACHT VAN MUZIEK

Start donderdag 3 februari, 4 lessen van 14-16 uur

Start donderdag 23 juni, 4 lessen van 14-16 uur

### 2F. LEZING ONGEWONE TAAL

Bijeenkomst dinsdag 11 januari van 14-16 uur

### 2G. BEN IK IN BEELD

Start dinsdag 11 januari, 7 lessen van 10-12.30 uur

Start vrijdag 20 mei, 7 lessen van 13.30-16 uur

## 3. VAARDIGHEDEN

### 3A. BASISCURSUS WERKEN MET EIGEN ERVARING

Start woensdag 8 december (2021), 12 lessen van 10-13 uur

Start woensdag 23 maart (2022), 12 lessen van 10-13 uur

### 3B. VERVOLGCURSUS WERKEN MET EIGEN ERVARING

Start donderdag 10 maart, 12 lessen van 13-16 uur

### 3C. KENNISMAKING MET PROCESBEGELEIDING

Start vrijdag 28 januari, 8 lessen van 10-12 uur

### 3D. INDIVIDUEEL JE HERSTELVERHAAL SCHRIJVEN

E-mail [mo.gerritse@herstelacademie.org](mailto:mo.gerritse@herstelacademie.org) of bel 06-33735694

### 3E. HERSTELVERHALEN PODIUM

Losse bijeenkomsten op vrijdag 18 maart van 15-17 uur

en vrijdag 10 juni van 15.30-17.30 uur

### 3F. SCHRIJFATELIER

Start dinsdag 8 maart, 8 lessen van 10-12 uur

## 4. WERK

### 4A. INFORMATIEBIJENKOMST (VRIJWILLIGERS)WERK

Losse bijeenkomsten op donderdag 3 maart en

donderdag 9 juni van 14-16 uur

## 5. OVERIGE ACTIVITEITEN

### 5A. INFORMATIEPUNT / INFORMATIEMEDEWERKERS

E-mail [peersupport@herstelacademie.org](mailto:peersupport@herstelacademie.org)

Telefoon 06-57866387

### 5B. OPEN KANTINE HERSTELACADEMIE

Iedere dinsdag van 13-16 uur en iedere vrijdag van 13-17 uur

### 5C. PODCAST LEF, HOOP EN GROEI

Luister naar de podcast van de Herstelacademie over

herstel, zelfontwikkeling, in je kracht staan en nog veel

meer. Beschikbaar via alle bekende podcast-apps zoals

Google, Apple en Spotify. 100% gemaakt door peers.

### CURSUSAANBOD

Het aanbod van de Herstelacademie is bedoeld voor inwoners uit de gemeenten Haarlem, Haarlemmermeer, Velsen, Zandvoort en Bloemendaal.

Inwoners van andere gemeenten kunnen voor informatie over deelname contact opnemen met de administratie op 06-33735694 of via

[cursusadministratie@herstelacademie.org](mailto:cursusadministratie@herstelacademie.org)

Deelname aan het cursusaanbod van de Herstelacademie Haarlem en Meer is gratis

### MEER INFORMATIE?

Voor aanmelden, meer informatie over

onze cursussen, workshops en

herstelgroepen of wijzigingen

[www.herstelacademie.org](http://www.herstelacademie.org)

[cursusadministratie@herstelacademie.org](mailto:cursusadministratie@herstelacademie.org)

Kijk ook eens op

[www.instagram.com/herstelacademie](https://www.instagram.com/herstelacademie)

[www.facebook.com/](https://www.facebook.com/HerstelacademieHaarlemenMeer)

HerstelacademieHaarlemenMeer