



AANMELDEN

  Aanmelden kan via www.herstelacademie.org of door een mail te sturen met je gegevens naar: cursusadministratie@herstelacademie.org

MEER HANDIGE GEGEVENS

  Voor een gesprek met een informatiemedewerker: peersupport@herstelacademie.org / 06-57866387

 Voor overige informatie en vragen e-mailen naar: informatie@herstelacademie.org

 **WEBSITE** www.herstelacademie.org

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

 **FACEBOOK** herstelacademie.org/Facebook

 **INSTAGRAM** herstelacademie.org/Instagram



Illustraties: Mo Gerritse Ontwerp folder: Toewan

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 informatiemedewerkers 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 bij elkaar. Dit is ook de kracht én de werkende factor van de Herstelacademie. Alle medewerkers hebben ervaring met een psychische en/of verslavingskwetsbaarheid.

**KORTOM:
WELKOM BIJ DE HERSTELACADEMIE!**

LEF

HOOP

GROEI

PROGRAMMA-OVERZICHT juli - december 2022

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 Davids carré 1, 2042 LZ Zandvoort (locatie van het Pluspunt)
en locatie Pluspunt, Flemingstraat 55, 2041 VW Zandvoort

Voor inwoners van de gemeente Velsen organiseert de Herstelacademie themabijeenkomsten in SLUIS 751, Lange Nieuwstraat 751, 1971 GG IJmuiden

AANMELDEN EN MEER INFORMATIE

Voor aanmelden, meer informatie over onze cursussen, workshops en herstelgroepen en mogelijke wijzigingen neem een kijkje op

www.herstelacademie.org

Voor één of meerdere flyers en voor aanmelden kun je contact opnemen met de Herstelacademie via cursusadministratie@herstelacademie.org

KIJK OOK EENS OP

FACEBOOK herstelacademie.org/Facebook
INSTAGRAM herstelacademie.org/Instagram

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

OPEN MIDDAG DONDERDAG 24 NOVEMBER 2022

2 x per jaar organiseert de Herstelacademie een Open Middag. Op donderdag 24 november 2022 van 14-17 uur presenteren wij ons programma voor de periode januari - juli 2023.

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



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

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

CURSUSSEN

1A. HERSTELLEN DOE JE ZELF

Start dinsdag 2 augustus, 8 lessen van 19-21 uur (avondcursus)
Start donderdag 15 september, 12 lessen van 10-12 uur

1B. ONTDEK JE TALENT

Start woensdag 13 juli, 7 lessen van 13.30-15.30 uur
Start woensdag 12 oktober, 7 lessen van 14-16 uur

1C. WRAP (WELLNESS RECOVERY ACTION PLAN)

Start vrijdag 12 augustus, 8 lessen van 13-16 uur
Start maandag 3 oktober, 8 lessen van 13-16 uur

1D. HOP (HONEST, OPEN & PROUD)

Start donderdag 25 augustus, 4 lessen van 10-13 uur
Start dinsdag 20 september, 4 lessen van 18-21 uur

1E. DENKEN EN DOEN

Start vrijdag 2 september, 8 lessen van 10-12 uur

1F. VRIENDSCHAP

Start vrijdag 28 oktober, 8 lessen van 13-15 uur

1G. CURSUS HOOGGEVOELIGHEID

Start maandag 15 augustus, 6 lessen van 10-12 uur
Start maandag 24 oktober, 6 lessen van 10-12 uur

1H. CURSUS TRAUMASPOREN

Start donderdag 28 juli, 6 lessen van 10-12.30 uur

1I. GRENZEN STELLEN

Start donderdag 27 oktober, 8 lessen van 10-12 uur

1J. SCHRIJFATELIER

Start dinsdag 5 juli, 8 lessen van 10-12 uur
Start dinsdag 4 oktober, 8 lessen van 10-12 uur

WORKSHOPS

1K. LUISTEREN ZONDER OORDEEL EN AANNAMES

Woensdag 21 september en 5 oktober van 13.15-16.15 uur

1L. OPPERUIMD STAAT NETJES!

Start vrijdag 30 september, 4 bijeenkomsten van 13-15 uur

1M. HERSTEL EN HOUVAST

Donderdag 8 en 22 december van 13-15 uur

1N. SCHRIJFWORKSHOP

Losse bijeenkomsten op 23 aug. en 22 nov. van 19-21 uur

10. 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

AUTISME LOTGENOTENGROEP ZANDVOORT

Zandvoort, 1 x per 14 dagen (oneven weken) op dinsdag 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. Pluspunt, Flemingstraat 55

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

Dag en locatie wordt bekend gemaakt via 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)!

AANBOD ZANDVOORT

Voor cursussen in Zandvoort check de website: www.herstelacademie.org

AANMELDEN

Voor aanmelden, meer informatie over onze cursussen, workshops, herstelgroepen of wijzigingen: www.herstelacademie.org of mail je gegevens naar: cursusadministratie@herstelacademie.org

2. ZINGEVING

2A. BASIS ZIN- EN BETEKENISGEVING

Start dinsdag 16 augustus, 6 lessen van 13-15 uur
Start dinsdag 29 november, 6 lessen van 13-15 uur

2B. VERVOLG ZIN- EN BETEKENISGEVING

Start dinsdag 11 oktober, 5 lessen van 13-15 uur

2C. VERLIES EN ACCEPTATIE

Start maandag 22 augustus, 5 lessen van 13.30-15.30 uur
Start maandag 5 december, 5 lessen van 13.30-15.30 uur

2D. DE KRACHT VAN MUZIEK

Start donderdag 1 september, 4 lessen van 14-16 uur

2E. WORKSHOP ONGEWONE HULP

Bijeenkomsten op dinsdag 11 okt. en 6 dec. van 13-15 uur

2F. BEN IK IN BEELD

Start dinsdag 28 oktober, 7 lessen van 9.30-12.30 uur

2G. INSPIRATIEBOEK

Losse bijeenkomst op 29 juli 10-12 uur

2H. HOEZO FIJNE FEESTDAGEN?

3 bijeenkomsten op 9 en 16 november en 14 december van 10-12 uur

2I. WAAR BLOEI IK VAN OP

Losse bijeenkomsten op 23 augustus en 1 november van 13-15 uur

3. VAARDIGHEDEN

3A. BASISCURSUS WERKEN MET EIGEN ERVARING

Start woensdag 6 juli, 12 lessen van 10-13 uur
Start woensdag 12 oktober, 12 lessen van 10-13 uur

3B. VERVOLGCURSUS WERKEN MET EIGEN ERVARING

Start donderdag 6 oktober, 12 lessen van 13-16 uur

3C. KENNISMAKING MET PROCESBEGELEIDING

Start vrijdag 28 oktober, 8 lessen van 13.30-15.30 uur

3D. INDIVIDUEEL JE HERSTELVERHAAL SCHRIJVEN

E-mail mo.gerritse@herstelacademie.org of bel 06-33735694

3E. HERSTELVERHALEN PODIUM

Losse bijeenkomsten op dinsdag 27 september van 19-21 uur en maandag 28 november van 14-16 uur

4. WERK

4A. INFORMATIEBIJENKOMST (VRIJWILLIGERS)WERK

Losse bijeenkomsten op maandag 8 augustus van 14-16 uur en woensdag 14 december van 13-15 uur

5. OVERIGE ACTIVITEITEN

5A. INFORMATIEPUNT / INFORMATIEMEDEWERKERS

E-mail 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.

5D. LANDELIJKE DAG PSYCHISCHE GEZONDHEID

De Herstelacademie besteedt aandacht aan psychische gezondheid op maandag 10 oktober (World Mental Health Day). Thema en tijd wordt op half september op de website bekend gemaakt.

5E. LUNCH BIJ DE HERSTELACADEMIE

De laatste maandag van de maand van 11.30-12.30 uur: Lunch voor geïnteresseerden die kennis met ons willen maken. Informatiemedewerkers beantwoorden vragen over o.a. het programma. Graag van te voren aanmelden: 06-33735694 of e-mail cursusadministratie@herstelacademie.org

NIEUW!

VOOR INWONERS VAN GEMEENTE VELSEN

De Herstelacademie organiseert themabijeenkomsten met gelegenheid tot het uitwisselen van ervaringen over het thema in **SLUIS 751 te IJmuiden**. Iedereen is welkom! Alle bijeenkomsten van 14-16 uur, inloop vanaf 13.45 uur.
Maandag 27 juni van 14-16 uur: Stigma
Maandag 25 juli van 14-16 uur: Lekker in je Vel
Maandag 29 aug. van 14-16 uur: Ik ben meer dan mijn verslaving
Maandag 26 sept. van 14-16 uur: Werken Met Eigen Ervaring
Vrijdag 28 oktober van 14-16 uur: Perfectionisme
Maandag 28 november van 14-16 uur: Weer aan het (vrijwilligers-)werk

AANMELDEN

Via www.herstelacademie.org of e-mail je gegevens naar: cursusadministratie@herstelacademie.org