

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](https://www.facebook.com/herstelacademie.org/Facebook)**

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

Illustraties: Mo Gerritse Ontwerp: 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!

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](https://www.facebook.com/herstelacademie.org/Facebook)**
INSTAGRAM **[herstelacademie.org/Instagram](https://www.instagram.com/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 WOENSDAG 17 MEI 2023

2 x per jaar organiseert de Herstelacademie een Open Middag. Op woensdag 17 mei 2023 van 14-17 uur presenteren wij ons programma voor de periode juli tot en met december 2023.

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

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

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



PROGRAMMA
januari - juli
2023

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

KOERSEN NAAR EIGEN KRACHT AAN DE SLAG MET JE HERSTEL

CURSUSSEN

HERSTELLEN DOE JE ZELF

Start vrijdag 6 januari, 12 lessen van 13-15 uur
Start dinsdag 17 januari, 8 lessen van 19-21 uur (avondcursus)
Start donderdag 20 april, 12 lessen van 10-12 uur
Start dinsdag 2 mei, 8 lessen van 19-21 uur (avondcursus)

ONTDEK JE TALENT

Start woensdag 18 januari, 7 lessen van 10-12 uur
Start woensdag 7 juni, 7 lessen van 14-16 uur

WRAP (WELLNESS RECOVERY ACTION PLAN)

Start maandag 23 januari, 8 lessen van 13.15-16.15 uur, terugkomdag maandag 24 april 13.15-16.15 uur
Start vrijdag 26 mei, 8 lessen van 13-16 uur, terugkomdag vrijdag 8 september 13-16 uur

HOP (HONEST, OPEN & PROUD)

Start donderdag 26 januari, 4 lessen van 13-16 uur
Start donderdag 20 april, 4 lessen van 10-12.45 uur

DENKEN EN DOEN

Start woensdag 22 maart, 8 lessen van 10-12 uur

VRIENDSCHAP

Start vrijdag 24 maart, 6 lessen van 13-15 uur

HOOGGEVOELIGHEID

Start maandag 23 januari, 6 lessen van 10-12 uur
Start maandag 5 juni, 6 lessen van 10-12 uur

TRAUMASPOREN

Start donderdag 8 juni, 6 lessen van 10-12.30 uur

SCHRIJFATELIER

Start dinsdag 21 maart, 8 lessen van 10-12 uur

WORKSHOPS

LUISTEREN ZONDER OORDEEL EN AANNAMES

Donderdag 2 en 9 maart van 10-13 uur
Dinsdag 23 en 30 mei van 13-16 uur

OPGERUIMD STAAT NETJES!

Start vrijdag 27 januari, 4 bijeenkomsten van 13-15 uur

SPIRITUALITEIT

Drie workshops op de woensdagen 14, 21 en 28 juni van 10-12 uur

GROEPEN

WAT HOOR IK? HERSTELGROEP STEMMEN HOREN

Op maandag in de oneven weken van 13.30-15 uur

HERSTELGROEP JONGVOLWASSENEN

Op vrijdag in de even weken van 15.30-17.30 uur

HERSTELGROEPEN

Op donderdag in de even weken van 13-14.30 uur
OF woensdag in de even weken van 14-16 uur

DEPRESSIE STEUNGROEP ZANDVOORT

Zandvoort, elke donderdagavond van 19.30-21 uur, Pluspunt, Flemingstraat 55

BORDERLINEGROEP

Op woensdag in de oneven weken van 14-16 uur

VERSLAVINGSGROEP (ALCOHOL ALS BASIS)

Elke zondag van 11-13 uur kun je vrij binnenlopen

VERSLAVINGSGROEP NIEUW

Haarlem: Elke dinsdagavond van 19-21 uur kun je vrij binnenlopen
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

Elke vrijdag van 10-12 uur in De Ringvaart, Floris van Adrichemlaan 98, Haarlem

HERSTELGROEP EETPROBLEMEN

Op maandag in de even weken van 13-14.30 uur

HERSTELWANDELGROEP

Elke dinsdag van 13-15 uur

KOPPGROEP

Op dinsdag in de oneven weken 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)!

ZINGEVING

BASIS ZIN- EN BETEKENISGEVING

Start woensdag 25 januari, 6 lessen van 10-12 uur
Terugkomdag woensdag 31 mei van 10-12 uur

VERVOLG ZIN- EN BETEKENISGEVING

Start woensdag 5 april, 5 lessen van 10-12 uur

VERLIES EN ACCEPTATIE

Start maandag 17 april, 5 lessen van 10-12 uur

DE KRACHT VAN MUZIEK

Start donderdag 23 maart, 4 lessen van 13-15 uur

BEN IK IN BEELD

Start maandag 1 mei, 7 lessen van 13-16 uur

WAAR BLOEI IK VAN OP

Losse workshops op dinsdag 31 januari en maandag 3 april van 13-15 uur

VAARDIGHEDEN

BASISCURSUS WERKEN MET EIGEN ERVARING

Start woensdag 8 februari, 12 lessen van 13-16 uur
Start woensdag 31 mei, 12 lessen van 10-13 uur

VERVOLGCURSUS WERKEN MET EIGEN ERVARING

Start donderdag 11 mei, 12 lessen van 13-16 uur

KENNISMAKING MET PROCESBEGELEIDING

Start vrijdag 27 januari, 8 lessen van 10-12 uur

INDIVIDUEEL JE HERSTELVERHAAL SCHRIJVEN

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

HERSTELVERHALEN PODIUM

Losse bijeenkomsten op donderdag 9 maart van 14-16 uur en maandag 17 juli van 14-16 uur

WERK

INFORMATIEBIJEENKOMST (VRIJWILLIGERS)WERK

Losse bijeenkomsten op woensdag 1 februari van 14-16 uur en woensdag 10 mei van 14-16 uur

OVERIGE ACTIVITEITEN

INFORMATIEPUNT / INFORMATIEMEDEWERKERS

E-mail peersupport@herstelacademie.org
Telefoon 06-57866387

OPEN KANTINE HERSTELACADEMIE

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

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.

HERSTELWANDELGROEP

Elke dinsdag van 13-15 uur

LUNCH BIJ DE HERSTELACADEMIE

De laatste maandag van de maand van 12-13 uur: Lunch voor geïnteresseerden die kennis met ons willen maken. Informatied medewerkers beantwoorden vragen over o.a. het programma. Graag van te voren aanmelden: 06-33735694 of e-mail cursusadministratie@herstelacademie.org

VOOR INWONERS GEMEENTE ZANDVOORT

De Herstelacademie organiseert themabijeenkomsten met gelegenheid tot het uitwisselen van ervaringen over het thema in **Pluspunt, Flemingstraat 55**. Iedereen is welkom! Alle bijeenkomsten van 14-17 uur, inloop vanaf 13.45 uur.

Donderdag 23 februari	Herstellen van een psychische en/of verslavingskwetsbaarheid
Donderdag 23 maart	Week van de Psychiatrie
Donderdag 20 april	Lotgenotencontact en zelfhulp
Donderdag 25 mei	Lekker in je Vel
Donderdag 22 juni	Anti Stigma

VOOR INWONERS GEMEENTE VELSEN

De Herstelacademie organiseert themabijeenkomsten met gelegenheid tot het uitwisselen van ervaringen over het thema in **SLUIS 751 te IJmuiden**. Iedereen is welkom! Dinsdag 17 januari, waar bloei ik van op (in de middag, het tijdstip wordt nader bekend gemaakt op de website) Dinsdag 31 januari, gezondheid van je geest (in de middag, het tijdstip wordt nader bekend gemaakt op de website) Maandag 20 maart, Week van de Psychiatrie, 15-17 uur, inloop vanaf 14.45 uur Maandag 29 mei, Luisteren zonder oordelen, 15-17 uur, inloop vanaf 14.45 uur Vrijdag 30 juni, Ik ben meer dan mijn psychische kwetsbaarheid, een herstelverhaal, 15-17 uur, inloop vanaf 14.45 uur

AANMELDEN

Voor aanmelden, meer informatie over onze cursussen, workshops en herstelgroepen in Gemeente Haarlem, Gemeente Zandvoort en Gemeente Velsen of voor wijzigingen: www.herstelacademie.org of mail je gegevens naar: cursusadministratie@herstelacademie.org