

De Herstelacademie organiseert in samenwerking met Stefan Cano de lezing:

“Hoe het ordenen van mijn leven mijn herstel bevorderde.”

Stefan Cano vertelt uit eigen ervaring hoe belangrijk het is om weer grip op je eigen leven en herstel te krijgen en te behouden. Ook al is dat niet altijd gemakkelijk. Om dit in kaart te brengen heeft Stefan een manier bedacht die goed voor hem werkt. Hij wil deze graag met anderen delen.

Stefan doet dit door middel van het ordenen van papieren en beelden die voor hem belangrijk zijn. Deze doet hij in een ordner. Zoals papieren en afbeeldingen van zijn behandeling bij de ggz, cursussen en bijeenkomsten van de Herstelacademie, voeding, activiteiten, en persoonlijke herinneringen. Alles wat voor zijn herstel en zijn leven waardevol is bewaart hij in een ordner. Zo krijgt Stefan steeds beter zicht en grip op zijn herstel.

Stefan zal hierover vertellen aan de hand van zijn inmiddels goed gevulde ordner. Na de pauze gaat hij met aanwezigen in gesprek over je eigen ervaringen rondom herstel, het pakken van eigen regie hier en hoe je dat kan doen.

Bij voldoende interesse zullen we twee workshops organiseren. In deze workshops kan een begin maken met het in kaart brengen van je eigen herstel. De workshops en het benodigde materiaal, zoals een ordner, zijn gratis.

Vergeet niet om je aan te melden via de onderstaande informatie zodat we je op hoogte kunnen houden als dit nodig is.

Wanneer

Donderdag 22 maart van 16.15 uur - 17.15 uur

Waar

Leonardo da Vinciplein 73, Haarlem (De Herstelacademie is gevestigd op de tweede etage)

Aanmelden of informatie:

E: admherstel@gmail.com

T: Marcia Kroes, 06- 52179296 of Karin Goudsmit, 06-10015544