

Cursus Zicht op Herstel

Vanaf 11 september 2019 organiseert Stichting Lumen Holland Rijnland weer een cursus 'Zicht op Herstel' in wijkcentrum Kerk en Zanen te Alphen aan den Rijn.

Deze cursus bestaat uit een serie van 9 bijeenkomsten op de woensdagmiddag van 14.00 uur tot 16.00 uur en wordt gegeven door twee ervaringsdeskundig cursusbegeleiders van Stichting Lumen.

Cursusdata: 11, 18, 25 september, 2, 9, 16, 23, 30 oktober en 6 november.



Herstellen is een zoektocht naar hoe je, ondanks je psychische klachten, psychosociale problemen en/of verslaving een leven op kunt bouwen dat jij als zinvol ervaart. De cursus 'Zicht op Herstel' kan een waardevolle aanvulling zijn bij deze zoektocht. Aan de hand van een herstelthema gaan we iedere week met elkaar in gesprek en breng je jouw eigen unieke herstelproces in kaart.

Het doel van de cursus is je bewust worden van en inzicht krijgen in wat jou kan helpen bij verder herstel.

Locatie: Wijkcentrum Kerk en Zanen
De Oude Wereld 57, 2408 NV Alphen aan den Rijn

Heb je interesse in het volgen van deze cursus? Stuur dan een mail aan herstel.lumen@gmail.com of bel Frouke Lampe 06-81624676
Maximaal 8 deelnemers, bij aanmelding gaan we er vanuit dat je deelneemt aan de gehele cursus. Er zijn geen kosten aan verbonden.

Stichting Lumen Holland Rijnland is een onafhankelijke regionale cliëntenorganisatie die zich inzet voor mensen met psychische aandoeningen, psychosociale problemen en/of verslavingsproblematiek. Lumen geeft adviezen vanuit cliëntperspectief en ondersteunt bij persoonlijk en maatschappelijk herstel door middel van vrijwilligerswerk, inloopactiviteiten, workshops en cursussen.



www.lumen-hollandrijnland.nl