

HERSTELACADEMIE GGZ NOORD-HOLLAND-NOORD

Wil je werken aan jouw persoonlijke groei en herstel? Wil je verbinding met lotgenoten en met anderen delen wat jou geholpen heeft? Wil je steun krijgen of geven? Dan is de Herstelacademie iets voor jou!

De Herstelacademie GGZ NHN geeft o.a. cursussen en organiseert lotgenotencontactgroepen. Door deel te nemen aan deze activiteiten kun je werken aan jouw ontwikkeling. Daarnaast leer je vaardigheden aan om jouw leven in te richten zoals jij dat wilt.



WAT IS EEN HERSTELACADEMIE?

De Herstelacademies van GGZ NHN zijn plekken voor en door mensen met een psychische kwetsbaarheid. Ervaringskennis, persoonlijke ontwikkeling en herstel staan er centraal. Je kunt er verhalen van anderen horen over hoe zij met hun uitdagingen zijn omgegaan. En actief werken aan jouw plannen en doelen.



PROFESSIONELE BEGELEIDING

Professionele ervaringsdeskundigen ondersteunen jou om grip te krijgen op jouw leven. Je kunt op een veilige manier jouw mogelijkheden verkennen. Zo leer je wat jouw krachten en kwaliteiten zijn.

WAT IS HERSTEL?

Werken aan herstel is leren omgaan met jouw psychische kwetsbaarheid. Hoe geef je dat een plek en hoe bouw je een zinvol leven op? Herstel is heel persoonlijk. Herstel is voor iedereen iets anders. Je moet het vooral zelf doen. Maar je hoeft het niet alleen te doen!



AANBOD EN AANMELDEN

Via de website www.ggz-nhn.nl/herstelacademie vind je het actuele aanbod aan activiteiten en cursussen. Je kunt je daar ook gelijk aanmelden voor een activiteit. Naast het aanbod op onze locaties in Alkmaar, Hoorn, Schagen en Den Helder kun je ook online deelnemen aan groepen.

Wil je weten of de Herstelacademie iets voor jou is? Neem gerust contact met ons op. We geven je graag meer informatie.

Een kleine greep uit ons aanbod:

- ✓ **WRAP (Wellness Recovery Action Plan)**
Krijg weer grip op je leven
- ✓ **Herstelgroepen**
Je staat er niet alleen voor. Delen is helen!
- ✓ **Herstelverhalen**
Laat je inspireren, 'Wat jij kan, kan ik ook!'
- ✓ **Zingeving en spiritualiteit**
Wat helpt jou om je leven te leven?
- ✓ **Voorlichting Ervaringsdeskundigheid**
De stappen van ervaring tot ervaringsdeskundigheid



Locatie Alkmaar
Oude Hoeverweg 10
072 53 52 444

Locatie Schagen
Piet Ottstraat 2
06 12 55 89 90

Locatie Den Helder
Middenweg 159 b
06 12 55 89 90

Locatie Hoorn
Wilhelminalaan 2
06 12 15 01 97

Herstelacademie GGZ NHN



www.ggz-nhn.nl



088 65 65 010



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



[ggz-nhn](https://www.linkedin.com/company/ggz-nhn)



[ggznhn](https://twitter.com/ggznhn)



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

