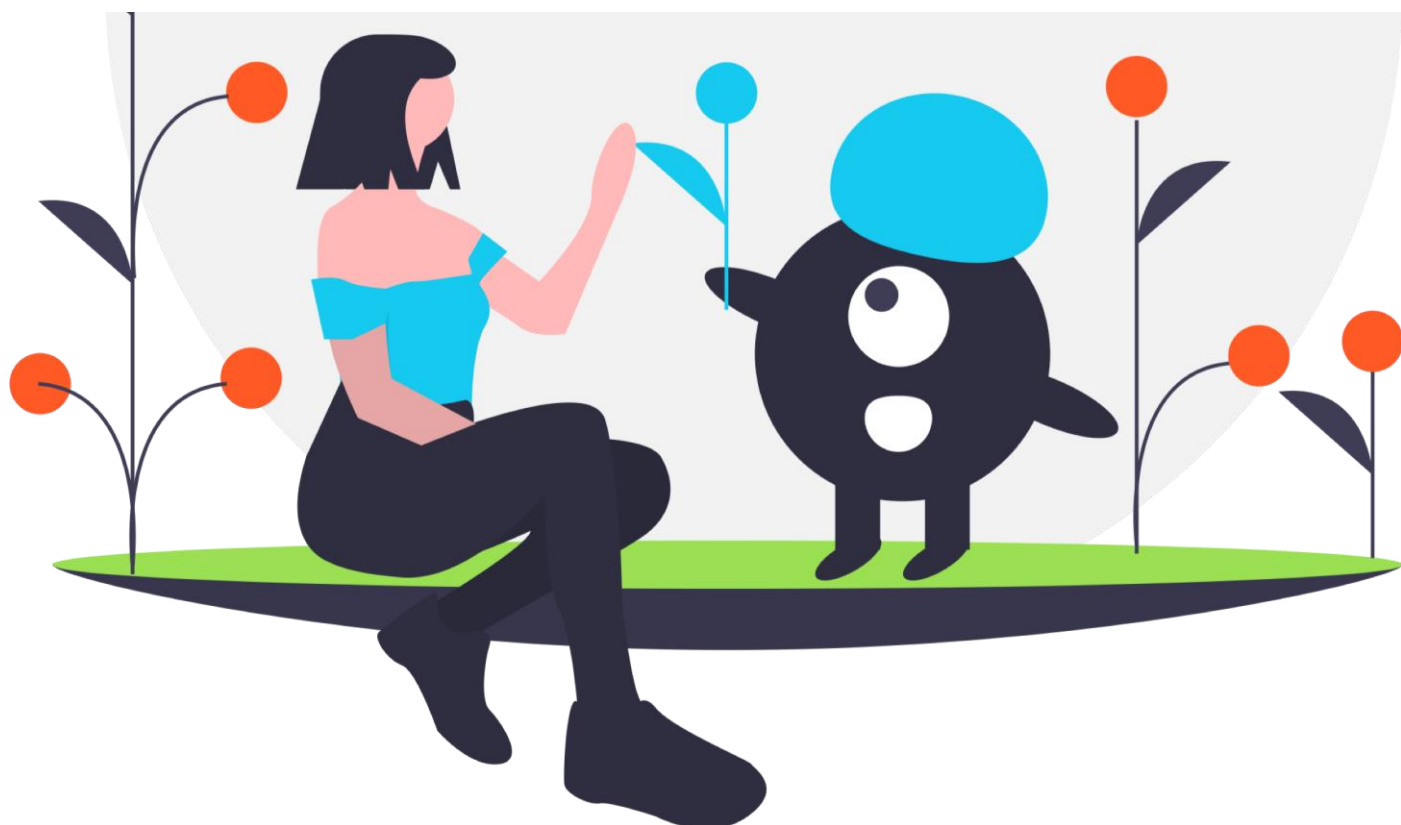


Herstelwerkgroep



Een herstelwerkgroep is een groep waarin lotgenoten met elkaar in gesprek gaan, ondersteund door een ervaringsdeskundige. Tijdens de bijeenkomsten kun je praten over dingen die jou bezighouden met het doel ermee te leren omgaan, het te accepteren of los te laten. Jouw verhaal mag er zijn. Door samen te leren help je elkaar op weg en ben je elkaar tot steun. Het is fijn om te merken dat je niet de enige bent. Door ervaringen en gevoelens te delen met lotgenoten ontstaat herkenning en erkenning. Hierdoor kunnen gevoelens van angst, schuld en schaamte doorbroken worden. In de groep bieden we elkaar een luisterend oor, proberen we wat humor in het leven te brengen en kijken we samen of jouw beperkingen en mogelijkheden ook zo zijn zoals je ze ervaart. Door te luisteren en te vertellen krijg je weer kracht en ruimte.

Aanmelden kan via het inschrijfformulier op website LIV:

www.leveninverandering.nl