Kalender oktober ‘25

HERSTEL ACADEMIE
Zuid-West-Vlaanderen

7 OKTOBER **Gevoelens onder de loep (Kortrijk)**

Aan de hand van interactief spel gaan we op ontdekkingstocht door ons emotionele landschap.
Waar? LDC Condé, Condédreef 16, 8500 Kortrijk
Wanneer? dinsdag 7 oktober van 9u-12u

15 OKTOBER **Wandelen op het ritme van de herfst. (Harelbeke)**

We wandelen met open zintuigen en staan stil bij wat de natuur ons vertelt over loslaten en vertragen. Af en toe wandelen we in stilte, soms delen we onze ervaringen.
Waar? De Gavers – Eikenstraat 131, 8530 Harelbeke
Wanneer? Woensdag 15 oktober 9u-11u30

24, 31/10 EN 7/11 **Je binnenwereld verwoorden met poëzie (Kortrijk)**

We werken met uiteenlopende schrijfoefeningen en experimenteren samen met diverse poëtische vormen. Het doel is om met meer mildheid en compassie naar onszelf te leren kijken.
Waar? Dubbele Haagjes, Sint-Denijsestraat 156, Kortrijk
Wanneer? vrijdag 24 & 31 oktober + 7 november 13u30-16u

27/10 EN 3, 10/11 **Leren surfen op de golven van angst! (Menen)**

We delen handige tools om met angst om te gaan en oefenen samen met technieken om angst te overwinnen.
Waar? Eigen woonst (zaaltje Spiegel), Ieperstraat 113, 8930 Menen
Wanneer? maandag 27 oktober + 3 en 10 november 13u30-16u

16 & 23/10 EN 6/11 **Ontdek je krachten en bouw creatief aan je herstel (Menen)**

De cursus is praktisch en speels van opzet. We gebruiken creatieve technieken om op een nieuwe manier stil te staan bij wat jou ondersteunt in je herstelproces. Onderdeel van de cursus is het opstellen van een Goed Gevoel Plan.
Waar? Eigen woonst (zaaltje Spiegel), Ieperstraat 113, 8930 Menen
Wanneer? donderdag 16 & 23 oktober + 6 november 13u30 tot 16u

Inschrijven kan via onze website
https://www.herstelacademie.be
/zuid-west-vlaanderen/
Of scan deze QR code.

Volg ons op:

Herstelacademie Zuid
herstelacademie_zuid