



Herstel Zomerweek

22 JULI T/M 26 JULI 2024

Wij nodigen je van harte uit op
22 juli om 12:00u voor de officiële opening en
introductieprogramma van de Herstel Zomerweek bij
Respijtvoorziening Retrovo
Deze week zal geheel in het teken staan van Herstel, Peersupport
en Verbinding.

HOP RETRAITE

"Honest Open & Proud"

Tijdens deze retraite ga je samen met peers aan de slag met de HOP training. Deze training gaat over wat vertel ik wel en wat vertel ik niet over mijn psychische kwetsbaarheid & (zelf) stigma.

Tijdens de retraite verblijf je van maandag tot zaterdag op Retrovo.

De kosten voor deelname aan de retraite zijn 32 euro, dit is incl. 5 overnachting en 3 maaltijden per dag

DE TALENTENTUIN

"elke ervaring telt"

Wil jij je eigen ervaring inzetten en aan de slag met je ervaringskennis?

Loop je al langer rond met het idee om je te willen laten scholen tot ervaringsdeskundige.

Kom dan naar de informatiebijeenkomst van de talententuin.

Hierbij zullen wij jou informeren over wat de mogelijkheden zijn binnen onze regio.

JIJ BENT WELKOM

Je bent deze week elke dag welkom om bij Retrovo binnen te lopen voor een kopje thee of koffie, je in te schrijven voor een workshop of activiteit, aan te schuiven bij de lunch om 12.30 en/of gewoon een praatje

Deelname aan alle workshops en activiteiten zijn kosteloos.

Heb je zin om deel te nemen aan de Herstelzomerweek of wil je meer informatie dan kan je ons bellen op 035- 695 7010 of een Whatsapp te sturen naar 0657739804. Mailen kan ook op info@retrovo.nl

WORKSHOPS

"Maak ruimte voor jouw herstel"

De trainers van het Herstelnetwerk Gooi en Vechtstreek verzorgen gedurende de week diverse workshops waarbij je kennis kan maken met o.a. Begin maken met Herstel, Schrijf je verhaal, WRAP en Positief Bekeken die gedurende het jaar worden aangeboden op verschillende locaties in onze regio

ACTIVITEITEN

"vertel ons jouw verhaal"

Doe mee met activiteiten waarbij jouw verhaal centraal staat zoals herstelverhalen vertellen, het spel steekje los, levensboom tekenen. en/of waar je juist lekker bezig kan zijn om je hoofd leeg te maken;

Ga mee wandelen, ontspannen tijdens een sessie mindfulness, uurtje sporten of een dansworkshop

BARBECUE

"samen eten verbind"

We sluiten ook dit jaar deze bijzondere week af met een gezellige barbecue en muziek. De barbecue wordt verzorgd door de Gebakken Peren & Friends. Om deel te nemen aan de barbecue dien je je op te geven

