

E-HEALTH CURSUS: SCHRIJF JE EIGEN

HERSTELVERHAAL

ERVARINGSDESKUNDIGE

BEGELEIDING

INDIVIDUEEL

EIGEN TEMPO

JOUW VERHAAL

ONLINE CURSUS

BUREAU HERSTEL

**E-HEALTH CURSUS:
SCHRIJF JE EIGEN HERSTELVERHAAL**



Mediant
geestelijke
gezondheidszorg

Informatie voor de client



WAT GA JE DOEN?

In deze *zelfhulpcursus* kun je achter de computer een soort levensverhaal schrijven. In de cursus worden thema's behandeld zoals: bronnen van steun, rollen, valkuilen en eigen oplossingen. Je kunt zelf kiezen welke thema's voor jou belangrijk zijn. Deze thema's worden ook wel bouwstenen genoemd. Deze bouwstenen helpen je om je eigen kracht te ontdekken.

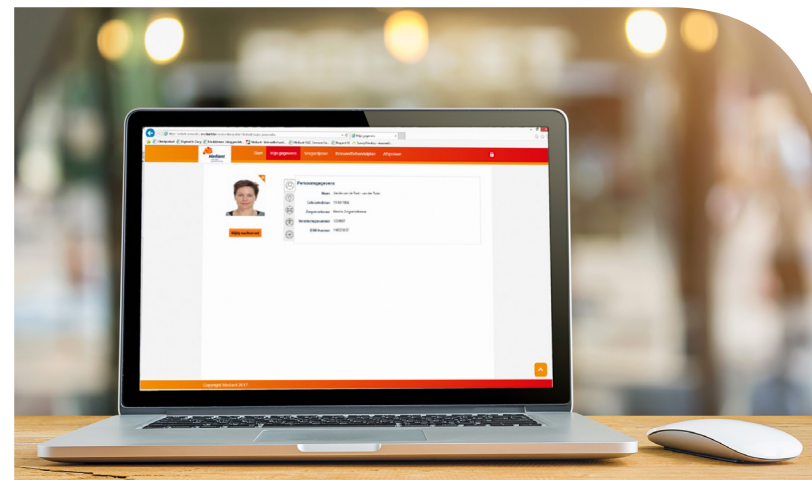
Door terug te kijken op je eigen verhaal kun je leren van wat er is gebeurd. En je kunt nieuwe kracht vinden voor de toekomst. Zo'n verhaal noemen we ook wel een *herstelverhaal*.

Herstel betekent dat je je leven weer op kan pakken zoals jij dat wil. Je wordt in de cursus via e-mail begeleid door onze ervaringsdeskundigen.

Zij hebben zelf ook de cursus doorlopen.

WAT HEB JE NODIG?

- Computer met tekstverwerking
- Internetverbinding



INFO

Voor informatie over herstelverhalen of aanmelding voor de cursus kun je mailen:

digitaalherstelverhaal@mediant.nl

Of neem een kijkje op de website: www.deervaringsdeskundige.nl



Bezoekadres:

Broekheurnering 1050

7546 TA Enschede

E: bureauherstel@mediant.nl

www.herstelintwente.nl

www.deervaringsdeskundige.nl

T: 053-475 53 99

info@mediant.nl

mediant.nl