



SBWU

Stichting
Beschermende
Woonvormen
Utrecht

Bureau Herstel



Bureau Herstel

Wat is Herstel?

Cliënten weten hoe moeilijk het is om met aanhoudende psychische klachten of verslavingsproblemen om te gaan. Een manier om met deze klachten uw leven toch opnieuw inhoud en richting te geven is werken aan herstel.

Herstel is niet hetzelfde als genezing van uw klachten. Herstel is een actief proces, waarbij u leert zien waar uw mogelijkheden liggen en wat uw kwetsbaarheden zijn. Herstel geeft u handvatten om uw leven weer in eigen hand te nemen. Op geheel eigen wijze en in uw eigen tempo. De SBWU probeert u bij uw herstelproces te ondersteunen.

Bureau Herstel

Een van de manieren waarop de SBWU cliënten bij hun herstelproces ondersteunt, is het inzetten van ervaringsdeskundige medewerkers van Bureau Herstel. Zij zetten zich in om het herstel(denken) onder cliënten en medewerkers van de SBWU te bevorderen.

Bureau Herstel wil ervaringen uitwisselen, kennis overdragen, medewerkers adviseren en mensen ondersteunen bij hun eigen herstelproces.

Bureau Herstel is voor iedereen van de SBWU en biedt de volgende activiteiten:

- De **zelfhulpgroep herstel** is een tweewekelijkse bijeenkomst van cliënten, die ervaringen delen, naar elkaar luisteren en tips uitwisselen. Er is ook een zelfhulpgroep speciaal voor jongvolwassenen.
- De cursus '**Begin maken met herstel**' is een kennismaking met herstel. In vijf bijeenkomsten worden verschillende thema's rond het begrip herstel besproken.
- De **studiedag herstel** gaat over de betekenis van herstel in de begeleidingsrelatie. U kunt er alleen samen met uw begeleider aan deelnemen en gaat samen op zoek naar de beste manier om te werken aan herstel.
- **Themabijeenkomsten** worden bij voorkeur samen met andere cliënten op uw eigen locatie opgezet. Samen wordt een geschikt thema gekozen. Het onderwerp wordt toegelicht door middel van levensverhalen en wordt in discussie met anderen verkend.
- **Zinnenprikkels** is een reeks actieve workshops over zingeving. De workshops kunnen los van elkaar gevolgd worden.

Contact

Heeft u belangstelling voor één van de activiteiten? Heeft u een vraag of bent u gewoon nieuwsgierig naar het werk en de medewerkers van Bureau Herstel?

Neem dan contact op via (030) 236 10 88 of herstel@sbwu.nl

Meer informatie vindt u op www.sbwu.nl of www.herstel.org