

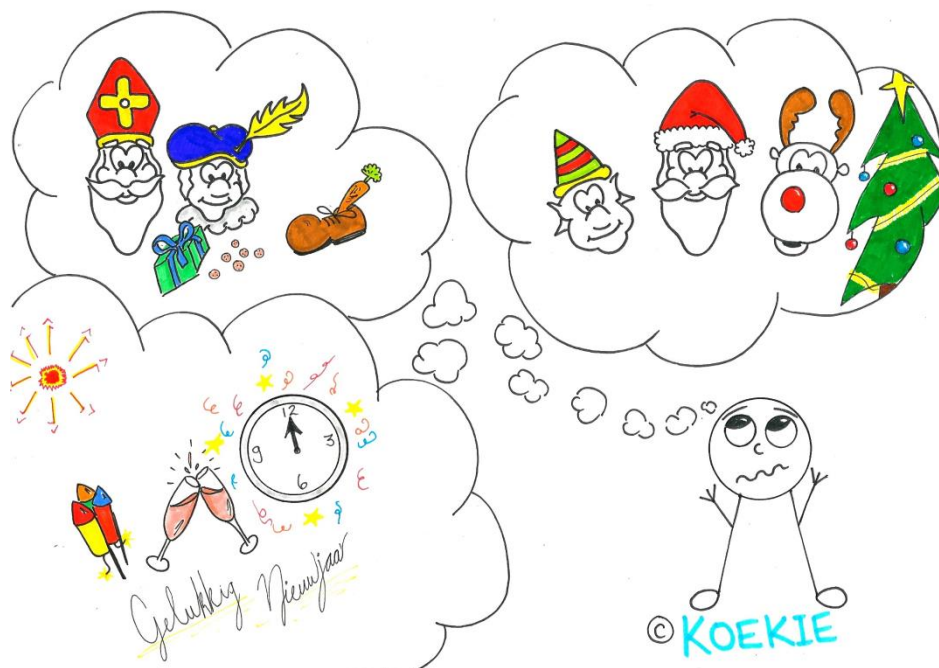
Stichting ZON organiseert op 12 december een workshop
rondom Herstel met als thema:

De feestdagen...leuk of lastig?

Voor sommige mensen zijn de feestdagen niet alleen maar feest.

Thema's zoals bijvoorbeeld eenzaamheid, contact met familie, de focus op eten en drinken en hoge verwachtingen kunnen in deze periode van het jaar extra confronterend zijn.

Hoe ga jij daar mee om? En hoe zorg je hierin goed voor jezelf?



De workshop wordt gegeven door ervaringsdeskundigen Monique en Frouke en vindt plaats op dinsdag 12 december van 13.30 uur tot 16.00 uur op Hooigracht 12-14 te Leiden.

Interesse? Kijk op www.zonzh.nl of neem contact op met Frouke Lampe froukelampe@zonzh.nl of 0681624676 voor meer informatie en aanmelden.

Stichting ZON komt op voor de belangen van mensen met psychische aandoeningen, psychosociale problemen en/of verslavingsproblematiek. ZON geeft adviezen vanuit cliëntperspectief en biedt workshops rond herstel, ervaringsdeskundigheid en participatie.