

# HOUVAST

De Nieuwe Silo

“Houvast” De Nieuwe Silo is een plek waar mensen elkaar steunen, van elkaar leren en waar je samen kunt werken aan herstel, bijvoorbeeld als je te maken hebt met langdurige psychische uitdagingen of problemen. Wat jouw ervaring en achtergrond ook is, je bent welkom en loop gerust binnen om mee te doen of gewoon even rond te kijken.

## Wij bieden:

- Open inloop: een gastvrouw of gastheer die voor je klaarstaat met koffie, thee en een luisterend oor.
- Laagdrempelige activiteiten: herstelactiviteiten georganiseerd door ervaringsdeskundigen.
- Individuele steun: 1 op 1 ondersteunend contact met een ervaringsdeskundige (op aanvraag).
- Cursussen en workshops: diverse mogelijkheden om te werken aan je herstel.

Dit alles wordt begeleid door de ervaringsdeskundigen van TEAM ED en de Herstelacademie Haarlem en Meer en is kosteloos.

Vragen? Bel of mail Alex Krottje (TEAM ED): 0618 424 350 / [alex@teamed.nl](mailto:alex@teamed.nl)  
of Tim Kreuger (HA): 0613 027 231 / [tim.kreuger@herstelacademie.org](mailto:tim.kreuger@herstelacademie.org)

Iedereen is  
welkom



Wijkcentrum De Nieuwe Silo | Graan voor Visch 14304 | 2132 VJ Hoofddorp

# HOUVAST

De Nieuwe Silo

## Maandag

Lunch van 12.00-13.30

Heb je zin om andere mensen te ontmoeten onder het genot van een lekkere lunch? Onze ervaringsdeskundigen zien je graag!

Een Goed Gesprek van 14.00-15.30

Iedereen worstelt weleens met tegenslag. Het is niet altijd makkelijk om je staande te houden bij alles wat het leven van je vraagt. We hebben het tijdens deze bijeenkomsten over een thema en wat er verder ter tafel komt. Waar loop jij tegenaan?

Open inloop van 12:00-16:00 uur

## Woensdag

Spelletjesmiddag van 13.00-15.00

Een spelletjesmiddag waar het niet gaat om winnen, maar om samen zijn. Tijdens deze middag spelen we samen spelletjes en is er alle ruimte voor een praatje. Je mag meedoen, meekijken of gewoon even aansluiten voor een bakkie, alles is goed.

Klets en Kook van 15.00-17.00

High tea, samen koken en kletsen (of niet). Een ontspannen theemoment, waar we samen iets lekkers maken, van een soepje tot iets zoets. Of je wilt delen, luisteren of gewoon even onder de mensen wilt zijn, je bent welkom. Samen maken we het gezellig (en een beetje lekker).

Open inloop van 13:00-16:00

## Donderdag

Een cursus/workshop die gericht is op je herstel van 10:00 - 12:00 of van 13:00 - 15:00.

Open inloop van 10:00 - 16:00

Voor het actuele aanbod kijk op de website van [herstelacademie.org](http://herstelacademie.org)

