

Activiteitenkalender

Hou de website, nieuwsbrief en Facebookpagina in het oog voor eventuele nieuwe activiteiten of wijzigingen! Inschrijven is verplicht, tenzij anders vermeld.

Opgelet: De activiteiten zijn betalend voor niet-leden. De inkom is 2 euro tenzij een andere prijs wordt vermeld.

Lid worden van vzw UilenSpiegel kost 5 euro per jaar. Gesloten groepen zijn niet opgenomen in dit chronologisch overzicht.

Dag	Datum	Omschrijving / Thema	Lotgenotengroep / Afdeling
Woe	04/12/2019	Netwerken en nazorg	Brugge
Zat	07/12/2019	Lotgenotengroep depressie	Depressie/Leuven
Zat	07/12/2019	De rol van ervaringsdeskundigen in het netwerk Zuid-West-Vlaanderen	Kortrijk
Zat	07/12/2019	Lotgenotengroep borderline Hasselt	Borderline/Hasselt
Don	12/12/2019	Lotgenotengroep angst en dwang	Angst en dwang/Leuven
Zat	14/12/2019	Zoet-Water-Zorgwandeling	Leuven
Zon	15/12/2019	Kerstmarkt in den Teirling	Brussel
Maa	16/12/2019	Familie, zijn ze steunfiguren of niet?	Dwang/Gent
Din	17/12/2019	Bijeenkomst 'Ontmoetend Herstellen'	Geel
Woe	18/12/2019	De feestdagen, kijk je er naar uit?	Psychose/Brugge
Don	19/12/2019	Praatgroep Turnhout	Turnhout
Don	19/12/2019	Gespreksbijeenkomst Paal-Beringen	West-Limburg
Zat	04/01/2020	Psychose en filosofie: Wat is werkelijkheid nu echt?	Psychose/Brussel
Woe	08/01/2020	Kennismaking met de nieuwe deelnemers	Brugge
Maa	13/01/2020	Gespreksbijeenkomst Paal-Beringen	West-Limburg
Maa	13/01/2020	Comorbiditeit	Dwang/Gent
Don	16/01/2020	Lotgenotengroep angst en dwang	Angst en dwang/Leuven
Don	16/01/2020	Praatgroep Turnhout	Turnhout
Zat	18/01/2020	Lotgenotengroep depressie	Depressie/Leuven
Woe	22/01/2020	Kennismaking	Gent
Zat	25/01/2020	Psychose en bijwerkingen	Psychose/Leuven
Zat	25/01/2020	Nieuwjaarsfeest vzw UilenSpiegel	Nationaal
Din	28/01/2020	Lezing "Johanna de Waanzinnige"	Leuven
Din	28/01/2020	Bijeenkomst 'Ontmoetend Herstellen'	Geel
Don	30/01/2020	Gespreksbijeenkomst Paal-Beringen	West-Limburg
Don	30/01/2020	Kennismaking en opstarten nieuwe groep	Antwerpen-stad
Maa	10/02/2020	Gespreksbijeenkomst Paal-Beringen	West-Limburg
Maa	10/02/2020	Taboe en stigma rond OCD (Obsessive Compulsive Disorder)	Dwang/Gent
Din	11/02/2020	Lotgenotengroep angst en dwang	Angst en dwang/Leuven
Woe	12/02/2020	Rust of chaos in je hoofd	Brugge
Zat	15/02/2020	Zoet-Water-Zorgwandeling	Leuven
Woe	19/02/2020	Stigma verlamt	Gent
Don	20/02/2020	Doorbreken van negatieve patronen	Antwerpen-stad
Don	20/02/2020	Praatgroep Turnhout	Turnhout
Zat	22/02/2020	Burn-out, een huiskamergesprek	Kortrijk
Zat	22/02/2020	Kennismaking	Hulpverleners met cliëntenervaring
Din	25/02/2020	Bijeenkomst 'Ontmoetend Herstellen'	Geel
Don	27/02/2020	Gespreksbijeenkomst Paal-Beringen	West-Limburg
Zat	29/02/2020	Wandeling in de Bourgoyen-Ossemeersen	Gent
Zat	29/02/2020	Lotgenotengroep depressie	Depressie/Leuven
Maa	09/03/2020	Gespreksbijeenkomst Paal-Beringen	West-Limburg
Woe	11/03/2020	Leven op de armoedegrens	Brugge
Zat	14/03/2020	Crazywise documentaire en nabespreking	Psychose/Brussel
Don	19/03/2020	Lotgenotengroep angst en dwang	Angst en dwang Leuven
Don	19/03/2020	Praatgroep Turnhout	Turnhout
Don	19/03/2020	Initiatie Tai-Chi	Antwerpen-stad
Zat	21/03/2020	Psychose in de media	Psychose/Leuven
Zat	21/03/2020	Wandeling door Leuven	Hulpverleners met cliëntenervaring
Woe	25/03/2020	Rol van lotgenoten	Gent
Don	26/03/2020	Gespreksbijeenkomst Paal-Beringen	West-Limburg
Zat	28/03/2020	Lotgenotengroep depressie	Depressie/Leuven
Woe	02/04/2020	Goed-gevoel-schatkist	Gent
Woe	08/04/2020	Doorzettingsvermogen	Brugge
Zat	11/04/2020	Zoet-Water-Zorgwandeling	Leuven
Maa	13/04/2020	Gespreksbijeenkomst Paal-Beringen	West-Limburg
Don	16/04/2020	Praatgroep Turnhout	Turnhout
Don	23/04/2020	Lotgenotengroep angst en dwang	Angst en dwang Leuven
Zat	25/04/2020	Hoeveel geef ik prijs en hoe ga ik ermee om?	Hulpverleners met cliëntenervaring
Don	30/04/2020	Herstel na psychose, informatie en getuigenissen	Antwerpen-stad
Don	30/04/2020	Gespreksbijeenkomst Paal-Beringen	West-Limburg
Zat	09/05/2020	Wat na een psychose? Over herstel en zelfzorg	Psychose/Brussel
Din	19/05/2020	Lotgenotengroep angst en dwang	Angst en dwang Leuven
Zat	23/05/2020	Psychose en dagbesteding	Psychose/Leuven
Don	28/05/2020	Praatgroep Turnhout	Turnhout
Zat	30/05/2020	Ontspannende wandeling in Fort IV	Afdeling Antwerpen-stad
Zat	30/05/2020	Welke houding neem ik aan naar collega's en werkgever?	Hulpverleners met cliëntenervaring
Don	18/06/2020	Lotgenotengroep angst en dwang	Angst en dwang Leuven
Don	18/06/2020	Praatgroep Turnhout	Turnhout
Don	25/06/2020	Wat doet muziek met jou?	Afdeling Antwerpen-stad

Lotgenotencontact rond specifieke kwetsbaarheden

● Lotgenotengroep seksueel misbruik Hasselt

Praatgroep voor lotgenoten begeleid door ervaringsdeskundigen Sylvia en Hans.

Ben je slachtoffer geweest van seksueel misbruik en wil je graag lotgenoten ontmoeten? Dan is deze praatgroep misschien iets voor jou.

Inschrijven en meer info: sylvia.van.der.veken@tele-net.be of 0473 28 76 77 (Sylvia)

Let op! Het aantal plaatsen is beperkt tot 8 deelnemers en er wordt enkel ingeschreven vóór de eerste bijeenkomst. Eén reeks bestaat uit 5 bijeenkomsten die telkens doorgaan op een vrijdag (tenzij anders vermeld).

De volgende reeks gaat door op vrijdagen
14 februari, 20 maart, (uitzonderlijk donderdag)
16 april, 8 mei en 12 juni

Tijd: 18:30 - 20:30

Locatie: Jeugdherberg Hasselt, Spoorwegstraat 80, 3500 Hasselt (achterkant station Hasselt nieuwbouw)

● Lotgenotengroep psychose Leuven

Praatgroep voor lotgenoten met een kwetsbaarheid voor psychose begeleid door ervaringsdeskundigen Lin en Laura.

Inschrijven en meer info: psychosegroep@leuven@gmail.com of 0484 63 13 13 (Lin)

Tijd: 14:30 - 16:30 (onthaal vanaf 14:15)

Locatie: Jeugdherberg De Blauwput (Kleine Zaal), Martelarenlaan 11A, 3010 Kessel-Lo (achterkant Leuven Station).

Zaterdag 25 januari: Psychose en bijwerkingen

Opgelet: die dag uitzonderlijk van 16:00u tot 18:00u

Zaterdag 21 maart: Psychose in de media

Zaterdag 23 mei: Psychose en dagbesteding

● Lotgenotengroep psychose Brugge

Praatgroep voor lotgenoten met een kwetsbaarheid voor psychose begeleid door ervaringsdeskundigen Els Vermote en Marianne Pillen.

Inschrijven en meer info: vermoteels@gmail.com of 0473 71 22 03 (Els)

Tijd: 17:00 - 19:00

Locatie: Hof van watervliet, Oude Burg 27, Brugge

Woensdag 18 december: De feestdagen, kijk je er naar uit?

● Lotgenotengroep psychose Brussel

Praatgroep voor lotgenoten begeleid door ervaringsdeskundigen Nadia en Miguel.

Inschrijven en meer info: nadia@uilenspiegel.net of 0475 96 03 97 (Nadia)

Tijd: 14:30 - 16:30 (onthaal vanaf 14:15)

Locatie: Den Teirling, Maesstraat 89, 1050 Brussel.
 Openbaar vervoer: bus 38 & 60 (halte Malibran), bus 95 (halte Blyckaerts), tram 81 & bus 71 (halte Flagey), metro lijn 2 & 6 (halte Naamse Poort), trein: halte Mouterij-Gerموir

Zaterdag 4 januari: Psychose en filosofie. Wat is werkelijkheid nu echt?

Zaterdag 14 maart: Crazywise documentaire en nabespreking (deze bijeenkomst duurt tot 17u30)

Zaterdag 9 mei: Wat na een psychose? Over herstel en zelfzorg

● Lotgenotengroep angst en dwang Leuven

Heb je langdurige of buitensporige angsten of pieker je vaak? Heb je steeds terugkerende dwanggedachten en/of -handelingen? Kom vrijblijvend naar onze maandelijkse praatgroep 'angst en dwang' en maak kennis met andere lotgenoten.

Inschrijven en meer info: jtobback@hotmail.com of 0473 65 61 37 (Sarina Antioco)

Tijd: 18:30 - 21:30

Locatie: Jeugdherberg De Blauwput (Kleine of Grote Zaal), Martelarenlaan 11A, 3010 Kessel-Lo. De jeugdherberg ligt aan de achterkant van het NMBS-station, je wandelt de tunnel door tot voorbij het laatste spoor, als je dan naar links kijkt zal je de ingang van de jeugdherberg zien. Als je het moeilijk hebt, kan iemand jou opwachten in het station.

Donderdag 16 januari, dinsdag 11 februari, donderdag 19 maart, donderdag 23 april, dinsdag 19 mei, donderdag 18 juni

● Lotgenotengroep dwang Gent

Praatgroep voor lotgenoten begeleid door ervaringsdeskundigen Annelies en Karen.

Heb je last van dwanggedachten en/of dwanghandelingen en zou je daar graag over praten met mensen die hetzelfde meemaken? Dan is onze nieuwe praatgroep te Gent misschien iets voor jou?

Inschrijven en meer info: uilenspiegeldwang@gmail.com of 02 410 19 99 (secretariaat vzw UilenSpiegel)

Tijd: 19:00 - 21:00

Locatie: Vredeshuis Gent, Sint-Margrietstraat 9, 9000 Gent

Maandag 16 december: Familie, zijn ze steunfiguren of niet?

Maandag 13 januari: Comorbiditeit

Heb ik meerdere psychische kwetsbaarheden? Bijvoorbeeld dwang en depressie, of depressie als gevolg van dwang?

Maandag 10 februari: Taboe en stigma rond OCD (Obsessive Compulsive Disorder)

● **Herstelwerkgroep voor mensen met een euthanasievraag**

Worstel je met een ernstige psychische kwetsbaarheid en heb je een procedure tot euthanasie opgestart? Wil je niettemin nog op zoek gaan naar wat je nodig hebt aan herstel en hoe je je opnieuw regisseur kan voelen in je eigen leven? Dan is deze herstelwerkgroep misschien wel iets voor jou.

Inschrijven en meer info: ann.callebert1@telenet.be

Tijd: 14:00 - 16:00

Locatie: Inloophuis ANBN, Blijde Inkomststraat 113, 3000 Leuven

Let op: Het aantal plaatsen is beperkt en een voorafgaand gesprek is noodzakelijk.

Groep 1, tweewekelijks op zondag (momenteel volzet)

Groep 2, tweewekelijks op maandag (nog plaatsen vrij)

● **Lotgenotengroep depressie Leuven**

Praatgroep voor lotgenoten begeleid door ervaringsdeskundigen Jan en Luc (heropstart!).

Inschrijving en meer info: depressiegroep.leuven.us@gmail.com of 0474 59 01 17 (Luc)

Tijd: 14:00 - 16:00

Locatie: Jeugdherberg De Blauwput Kleine Zaal, Martelarenlaan 11 A, 3010 Kessel-Lo (achterkant Leuven Station)

Zaterdag 7 december, 18 januari, 29 februari, 28 maart

● **Lotgenotengroep hulpverleners met cliëntenervaring**

Stefanie Devos en Luk Bevernage, beiden hulpverleners met ervaringskennis, begeleiden deze praatgroep. Ben jij een psychisch kwetsbare hulpverlener en wens je mensen te ontmoeten die in dezelfde situatie zitten, dan is deze groep zeker iets voor jou.

'Het is een merkwaardige vaststelling dat hulpverleners met een psychische kwetsbaarheid hun ervaringskennis niet (mogen/kunnen) gebruiken, niet (standaard) uitgenodigd worden door collega's om deze te delen. Meer nog, er leeft in instellingen een cultuur waarin weinig 'vrije ruimte' is, noch 'vrijplaatsen' zijn, om hierover in dialoog te gaan. Stigma binnen de hulpverlening (ook) ten aanzien van eigen collega's met een dubbeldiagnose 'Hulpverlener - Cliënt.'

Inschrijving en meer info: Stefanie Devos (devos.stefanie@hotmail.com) en/of Luk Bevernage (lukbevernage@hotmail.com)

Tijd: 10:00 - 12:00

Locatie: Jeugdherberg De Blauwput Kleine Zaal, Martelarenlaan 11 A, 3010 Kessel-Lo (achterkant Leuven Station).

Zaterdag 22 februari: Kennismaking

Zaterdag 21 maart: Wandeling door Leuven

Tijd: 10:00-12:00 (We spreken af om 10:00 aan de jeugdherberg)

Zaterdag 25 april: Hoeveel geef ik prijs en hoe ga ik ermee om?

Zaterdag 30 mei: Welke houding neem ik aan naar collega's en werkgever?

ANTWERPEN

Afdeling Antwerpen Stad

Bij de lokale afdeling in de regio Antwerpen staat lotgenotencontact centraal: iedereen met een psychische kwetsbaarheid komt tijdens al onze activiteiten en gespreksnamiddagen uitgebreid aan bod in een besloten én veilige kring!

Inschrijven en meer info: samengroeienantwerpen@gmail.com of via 0484 40 45 18 (Sven)

Tijd: 19:00 - 21:00 (met pauze)

Locatie: Zaal Parkske, Edegemsestraat 26, 2640 Mortsel

Donderdag 30 januari: Kennismaking en opstarten nieuwe groep

Donderdag 20 februari: Doorbreken van negatieve patronen

Donderdag 19 maart: Initiatie Tai-Chi

Donderdag 30 april: Herstel na psychose, informatie en getuigenissen

Zaterdag 30 mei: Ontspannende wandeling in Fort IV

Tijd: 14:00-16:00 - **Locatie:** afspraak aan zaal Parkske

Donderdag 25 juni: Wat doet muziek met jou?

ANTWERPEN

Afdeling Geel

● **Herstelgroep UilenSpiegel Kempen**

Herstelgroep UilenSpiegel Kempen is een werkgroep waarin de deelnemers werken aan hun herstel op eigen tempo. We leren van elkaar door het delen van ervaringen, al dan niet gekaderd binnen een thema. De thema's worden in samenspraak met de groep gekozen. De groep bestaat uit maximum 12 deelnemers en wordt begeleid door Inge en Guy, ervaringsdeskundigen. De deelnemers bevinden zich in een verschillend stadium van herstel. We werken met een gesloten groep in gelijkwaardigheid, zelfrespect en respect voor onze medemens. Er wordt ingeschreven voor een volledige reeks. Minimum 5 en maximum 12 deelnemers.

Inschrijven en meer info: herstelgroepuilen Spiegel-kempen@gmail.com of 0479 94 64 80 (Inge)

Tijd: 13:30 - 16:00

Locatie: 't Vooruitzicht aan Campus OPZ, Stelenseweg 19, 2440 Geel

● **Ontmoetend herstellen (open groep)**

Ontmoetend herstellen is een initiatief van twee ervaringsdeskundigen in de Kempen.

Tijdens de **maandelijke** bijeenkomsten kan je in contact komen met anderen, praten over wat je zoal tegenkomt, samen iets doen, praten over thema's... Zo kan je op een **laagdrempelige** manier stappen zetten in je **herstel**. De focus ligt vooral op het ontmoeten, maar we behandelen ook regelmatig een thema. We bepalen het programma in samenspraak met de aanwezigen. Het is een **open groep** voor zij die ontmoetend willen herstellen.

Inschrijven en meer info: ontmoetendherstellen@gmail.com of onze facebookpagina 'Ontmoetend Herstellen'.

Tijd: 18:30 - 21:00

Locatie: 't Vooruitzicht, Stelenseweg 19, 2440 Geel

Dinsdagen 17 december, 28 januari en 25 februari

ANTWERPEN
Afdeling Turnhout

Praatgroep Turnhout is een ontmoetingsplaats voor mensen met een psychische kwetsbaarheid. Er wordt rond verschillende thema's gepraat.

Inschrijven en meer info: catja@uilenpiegel.net of 0468 33 71 55 (Catja)

Tijd: 19:00 - 20:30

Locatie: Lokaal van T'ANTWOORD vzw, Otterstraat 114, 2300 Turnhout

Donderdagen: 19 december, 16 januari, 20 februari, 19 maart, 16 april, 28 mei en 18 juni

BRUSSEL

In samenwerking met 'Den Teirling' te Elsene organiseren Jolanda, Siegfried en Karen infoavonden, praatgroepen en andere activiteiten in het Brusselse.

Inschrijven en meer info: uilenpiegel.brussel@gmail.com of 0475 25 73 00 (Siegfried, tussen 18:00 en 22:00)

Locatie: Den Teirling, Maesstraat 89, 1050 Brussel. Openbaar vervoer: bus 38 & 60 (halte Malibrans), bus 95 (halte Blyckaerts), tram 81 & bus 71 (halte Flagey), metro lijn 2 & 6 (halte Naamse Poort), trein: halte Mouterij-Germeroir

Zondag 15 december: Kerstmarkt in Den Teirling

Een gelegenheid tot bezoek en ontmoeting in Den Teirling tijdens de kerstmarkt, waar standhouders en artiesten hun zelfgemaakte producten aanbieden

Tijd: 12:00 - 18:00

LIMBURG

Praatgroep Midden-Limburg

Door de tijdelijke afwezigheid van vaste kracht Clara zullen de bijeenkomsten even niet doorgaan. Check de volgende Spiegel of informeer via de onderstaande gegevens voor de volgende bijeenkomsten.

Info: praatgroep.limburg.us@gmail.com of telefonisch 0495 71 18 54 (Luc), 0474 93 84 31 (Clara)

LIMBURG

Praatgroep West-Limburg

In deze groep delen we levenservaringen rond herstel en bewustwording. De thema's worden in overleg met de groep bepaald.

Inschrijven en meer info: houbrechts.jef@scarlet.be 0479 33 48 22 (Jef)

Gespreksbijeenkomsten op donderdagen 19 december, 30 januari, 27 februari, 26 maart en 30 april

Tijd: 19:30 - 21:00

Locatie: OC De Buiting, Vergaderlokaal 2, Tessenderloseweg 18, 3583 Paal-Beringen

Gespreksbijeenkomsten op maandagen 13 januari, 10 februari, 9 maart en 13 april

Tijd: 14:00 - 16:00

Locatie: Dienstencentrum De Klitsberg, Klitsbergwijk 29, 3583 Paal-Beringen

OOST-VLAANDEREN

Lotgenotencontact UilenSpiegel Gent

● **Praatgroep**

Deze praatgroep wordt begeleid door Marie-Suzanne en Maaïke. Er is plaats voor ontmoeten, gehoord worden en het uitwisselen van ervaringen met andere lotgenoten. De groep staat open voor iedereen die onderweg is met zijn of haar psychische kwetsbaarheid, los van diagnose.

Inschrijven en meer info: lusgent@gmail.com of 0499 42 06 63 (Marie-Suzanne)

Tijd: 19:00 - 21:00 (onthaal voor nieuwkomers vanaf 18:45)

Locatie: Vredeshuis, Sint-Margrietstraat 9, 9000 Gent

Woensdag 22 januari: Kennismaking

Woensdag 19 februari: Stigma verlamt

Woensdag 25 maart: Rol van lotgenoten

Woensdag 2 april: Goed-gevoel-schatkist

● Wandelingen

We komen samen en wandelen op een rustig tempo doorheen de Gentse natuurgebieden.

Inschrijven en meer info: lusgent@gmail.com of 0499 42 06 63 (Marie-Suzanne).

Zaterdag 29 februari: Wandeling in de Bourgoyen-Ossemeersen

Tijd: 14:00 - 17:00

Locatie: We verzamelen om 13u45 aan het milieucentrum Driepikkelstraat 32, 9030 Gent. Er is parking aanwezig. Met het openbaar vervoer: bus 3 vanuit het centrum (halte driepikkelstraat) of bus 9 vanuit Gent-Sint-Pieters richting Mariakerke (halte Rooigemlaan)

VLAAMS-BRABANT Afdeling Leuven

● Lezing

Dinsdag 28 januari: "Johanna de Waanzinnige: over stigma, gisteren en vandaag."

Gast spreker: Stefaan Baeten, algemeen directeur PC Sint-Hiëronymus te Sint-Niklaas

Inschrijven en info: uilenspiegel.leuven@gmail.com of tel 0485 86 11 25 of 0486 66 52 45

Tijd: 19:00 - 21:00

Locatie: Restozaal, Jeugdherberg Blauwput Kessel-Lo (achter station Leuven), Martelarenlaan 11A, 3010 Kessel-Lo

● Zoet-Water-Zorgwandelingen

Rustgevende wandelingen en natuurbelevingsmomenten met natuurgids Heidi in Heverleebos/Meerdaalwoud/Sint-Joris-Weert. Stevige stapschoenen en bij regenweer laarzen en waterdichte kledij, buggy's of rolstoelen niet mogelijk tenzij anders vermeld, honden aangelijnd. Mogelijkheid om achteraf de dorst te lessen en bij te babelen in de plaatselijke horeca.

Meer info: Heidi Bertels: 0487 99 35 82 (Inschrijven niet verplicht en de wandelingen zijn gratis)

Tijd en locatie: Vertrek om 14:00 aan de bushalte Zoet Water (richting Leuven), Waversebaan, Oud-Heverlee. Terug om 16:00 aan bushalte Zoet Water. Bus 337 vanuit Station Leuven - halte Zoet Water. Met de auto via Waversebaan vanuit Leuven of via E40 afrit Blanden/ Haasrode. Niet-betalend parkeren mogelijk in de onmiddellijke omgeving.

Zaterdagen 14 december, 15 februari en 11 april

VLAAMS-BRABANT ArtEco

Bij ArtEco in Grimbergen kan je op maandag en donderdag van 10:00 tot 17:00 vrij beeldend komen werken. Kunstenaress Kaarin Poppe (<http://kaarinpoppe.wix.com/federo>) kan je inspireren en helpen, als je dat wenst. Je betaalt 10 euro per 4 maand.

Inschrijven en info: kaarin.poppe@gmail.com of 0478 20 53 60 (Kaarin)

Locatie: PZ Sint-Alexius in Grimbergen

WEST-VLAANDEREN Afdeling Brugge Wistermee

Heb jij nood aan een plek waar er wordt gevraagd hoe het met je gaat en waar je mee bezig bent, waar je je hart kunt luchten en ongedwongen jezelf kunt zijn? Dan ben jij helemaal welkom in de praatgroep te Brugge: Wistermee!

Inschrijven en meer info: pintelonchristophe@gmail.com of 0497 24 88 59 (Christophe)

Tijd: 17:00 - 19:00

Locatie: Hof van Watervliet, Burg 27, 8000 Brugge

Woensdag 4 december: Netwerken en nazorg

Woensdag 8 januari: Kennismaking met de nieuwe deelnemers

Woensdag 12 februari: Rust of chaos in je hoofd

Woensdag 11 maart: Leven op de armoedegrens

Woensdag 8 april: Doorzettingsvermogen

WEST-VLAANDEREN Afdeling Kortrijk

Inschrijven en meer info: Jan Delvaux: jan.delvaux@uilenspiegel.net of 0493 08 86 69

Tijd: 14:00 - 16:30

Locatie: De MaRe, Condédreef 59, 8500 Kortrijk

Zaterdag 22 februari: Burn-out, een huiskamersprek

Twee ervaringsdeskundigen vertellen over hoe ze zijn omgegaan met een burn-out.