

Programma voorjaar 2025

START DATUM	CURSUS	LOCATIE
09.01	Verbindend communiceren	Balen
17.01	Vind je energie in Qi Gong	Geel
21.01	Mindfulness en expressie bij rouwverwerking	Laakdal
31.01	Zintuigenwandeling: verstillen in de natuur	Beerse
06.02	Kintsugi: schoonheid in breuklijnen	Geel
11.02	In ritme met jezelf	Geel
14.02	Genieten door loslaten	Geel
20.02	Grip op heftige emoties	Mol
11.03	Positief denken en doen	Grobbendonk
12.03	Krachtbabbelwandeling lente	Geel
10.04	Wens je wens – grip op de toekomst in je herstel	Olen
22.04	Rouw en verlies	Herselt
22.04	Oog voor eenzaamheid	Arendonk
28.04	Chime to shine	Herentals
28.04	Jong en kwetsbaar, auteurslezing door Lotte Peeters	Turnhout
28.04	Ik pieker dus ik ben	Turnhout
13.05	Stress? Even relaxen!	Turnhout
16.05	Inspirerende klanken	Laakdal
22.05	Zentangle – rust in een wirwar van patronen	Geel
23.05	Blotevoetenwandeling	Rijkevorsel
26.05	Yes, ik mag mezelf zijn!	Kasterlee
03.06	Iedereen wint met vrijwilligerswerk!	Westerlo
04.06	Van isolement naar verbinding	Turnhout
11.06	Zomer bosbad	Westerlo
25.06	Omgaan met stress in verbinding met de natuur	Geel

Inschrijven via www.herstelacademie.be/kempen

Meer info via kempen@herstelacademie.be



Vlaanderen
is zorgzaam en
gezond samenleven