

Kalender november '26

HERSTELACADEMIE
Zuid-West-Vlaanderen

**2, 9 EN
23 NOV**

**Faalangst, op weg naar meer durf!
(Waregem)**

Door inzicht in je faalangst kan je patronen herkennen en verandering krijgen. In deze cursus kan je ook oefenen hoe je met meer vertrouwen, mildheid en ruimte voor fouten uitdagingen kan aangaan.

Waar? Thus, Zuiderlaan 44, 8790 Waregem

Wanneer? 2, 9 en 23 november 2026 van 9u-12u

**16, 23 EN
30 NOV**

**Tussen middelengebruik en herstel: verhalen,
inzichten en nieuwe mogelijkheden. (Kortrijk)**

Een cursus voor iedereen die wil stilstaan bij verslaving, herstel, hoop en de kracht van verandering.

Waar? Tracee, Meiweg 1, Kortrijk

Wanneer? 16, 23 en 30 nov '26 van 13u30 – 16u

16 NOV

**Relaxatie & ademhaling
(Kortrijk)**

Dit wordt een heel boeiende workshop, waarin je het effect zal voelen van hoe een kalme ademhaling je lichamelijke én mentale rust kan doen ervaren.

Waar? CM-gebouw, Beneluxpark 22, Kortrijk

Wanneer? 16 november '26 van 14u-15u30

23 NOV

**Yin yoga met zelfmassage:
een rustpunt in jouw herstel (Menen)**

In deze yogales keren we terug naar de rust die ieder van ons in zich heeft. Heel zacht maken we ruimte om die rust opnieuw toe te laten. Naar deze rust terugkeren kan een belangrijke stap zijn in jouw herstel.

Waar? LDC Allegro, Volkslaan 302, 8930 Menen

Wanneer? 23 nov 2026 van 9u30-11u30

Inschrijven kan via onze website
<https://www.herstelacademie.be/zuid-west-vlaanderen/>
Of scan deze QR code.



Volg ons op:

