



Busanbindung

Die nächsten Haltestellen sind Elbestrasse (1 min zu Fuß, Ringlinien 10 oder 20) oder Haster Mühle (10min zu Fuß, Linien M1 oder 18)

Kosten

Alle Kurse sind auf Spendenbasis.

Anmeldung und weitere Infos

<https://weitblicker.org/osnabrueck/projects/recovery>
oder

<https://kaff-os.de/recovery-college/>

Weitgehend barrierefrei
Sprecht uns bei Bedarf gerne an.



Erfahrungen teilen - Wege zur psychischen Stärke



Ziele der Kurse ...

... sind Selbstbefähigung durch Bildung

- Kompetenzen im Umgang mit persönlichen Krisen entwickeln
- die eigenen Fähigkeiten in der Bewältigung stärken
- durch Begegnungen an sich wachsen



Unsere Vision

Wir möchten im Rahmen des Recovery-Colleges Wissen und Fähigkeiten vermitteln, die dabei unterstützen, herausfordernde Lebensphasen besser zu bewältigen. Wir sind davon überzeugt, dass die Erfahrungen von Menschen, die selbst Krisen durchlebt haben, auch anderen eine wertvolle Hilfe sein können. Bei uns lernen alle voneinander. Für die Kursleitenden hat das Thema ihres Kurses eine besondere Bedeutung in Bezug auf die Bewältigung ihrer eigenen Krise. Es ist uns jedoch wichtig zu betonen, dass das Recovery-College keine professionelle Hilfe ersetzt, sondern ergänzend dazu dient.

Das sind Wir

Das Recovery-College besteht aus den Kursleitenden und dem Verein Weitblick Osnabrück, die das Angebot gemeinsam organisieren. Bei uns arbeiten sehr unterschiedliche Menschen mit: Ausgebildete GenesungsbegleiterInnen, Freiwillige und Menschen aus unterschiedlichen Berufen. Alle Interessierten sind herzlich willkommen.

Unsere Regeln

- Was in den Kursen von Teilnehmenden gesagt wird, bleibt im Raum. Es wird nichts nach außen getragen.
- Wir achten aufeinander, hören uns zu und lassen uns ausreden.
- Ein respektvoller und wertschätzender Umgang miteinander ist sehr wichtig. Wer sich abwertend oder verletzend über andere äußert, muss den Kurs verlassen.
- Es ist jederzeit möglich eine Pause zu nehmen oder den Kurs zu verlassen. Das ist völlig in Ordnung. Eure Bedürfnisse stehen bei uns im Mittelpunkt.
- Wir bitten sowohl um eine Anmeldung per Mail (s. Einlegeblatt/ Website) zu den Kursen für eine bessere Planung als auch um eine kurze Abmeldung bei Krankheit oder anderen Verhinderungen.