

Welkom bij Let it Be



Welkom bij onze nieuwsbrief

De blaadjes beginnen te vallen, de zomerse temperaturen zijn de deur weer uit. Maar bij Let it Be gaan we onverminderd door! In deze nieuwsbrief blikken we terug op een aantal activiteiten en vertellen we je over wat staat te gebeuren. Veel leesplezier!

Heb je zelf ideeën voor de nieuwsbrief? Stuur je bijdrage naar nieuwsbrief@let-it-be.nl.

Nieuw (school)jaar en afscheid Bieke

Door Samirah

Na een warme zomer zijn we weer gestart met onze activiteiten en herstelgroepen. Het team heeft er weer zin in! Ook dit jaar hebben we weer nieuwe stagiaires die zich het aankomend schooljaar voor Let it Be gaan inzetten. Onze nieuwe stagiaires zullen zich binnenkort voorstellen!

Naast onze herstelgroepen organiseren we herstelactiviteiten bij de Herstelwerkplaats Hestia. Voor ons aanbod kun je kijken op onze website www.let-it-be.nl of op onze Facebook- en Instagrampagina.

Afscheid Bieke

Helaas hebben deze maand ook afscheid genomen van onze collega Bieke. Vanaf de start van Let it Be was Bieke betrokken bij Let it Be. Ondanks dat we het erg jammer vinden dat Bieke afscheid heeft genomen kijken we terug op een fijne samenwerking met veel gezelligheid en waardevolle inzet. We wensen Bieke veel succes met alles wat er op haar pad komt. Dankjewel Bieke voor je waardevolle inzet en betrokkenheid de afgelopen jaren. We gaan je zeker missen.

Koken met Let it Be

Elke maandag kookt Let it Be samen met deelnemers bij de Herstelwerkplaats Hestia. Iedereen is welkom en kan mee helpen koken en gezellig een hapje mee-eten. Voor de maaltijd vragen we een bijdrage van €3,50.

Lijkt het je leuk om samen te koken of wil je alleen gezellig mee komen eten? Stuur een mailtje naar info@let-it-be.nl. Iedereen is welkom!





Zomerafsluiting Let it Be

Op 21 juli vierden we onze jaarlijkse zomerafsluiting. Iedereen heeft bijgedragen om er een gezellige middag van gemaakt. Er werden zelfgemaakte hapjes, toetjes en gebakjes mee genomen waardoor we een heerlijk buffet hadden!

Ervaringen deelnemers

Ik vind het altijd gezellig bij de zomerafsluiting, iedereen is vrolijk en ik zie weer bekende gezichten van deelnemers uit andere groepen. Het was leuk om bij te kletsen. M.

Het was een geslaagde middag, het eten was lekker en er waren veel leuke mensen. Sandra

Ik was er de voor de eerste keer bij en het was heel leuk om zo veel deelnemers van Let it Be te zien!



Afscheid stagiaires

Tijdens de zomerafsluiting hebben we afscheid genomen van stagiaires en vrijwilligers die zich het afgelopen jaar hebben ingezet bij Let it Be. Gelukkig voor ons hoeven we niet van iedereen afscheid nemen want Margit en Tijn blijven nog een jaar bij ons stagelopen. Vera is afgestudeerd en mag deze maand haar diploma in ontvangst nemen maar ze blijft betrokken bij Let it Be.

Ik blijf nog een jaar!

Door Margit

Hoi hoi,

Zoals een aantal van jullie het al weten, was ik vorig jaar stagiaire bij Let it Be. Ik had vorig jaar al van een aantal van jullie afscheid genomen toen Samirah vroeg of ik nog een jaartje langer wilde blijven. Natuurlijk wil ik dat!! Dus blijf nog een jaar langer stagiaire bij Let it Be.

Mijn stagedagen zijn op maandag, dinsdag en vrijdag. Ik zal dan de empowermentgroep, workshops, herstelgroep en cursussen begeleiden.

Ook zal ik mij het komende jaar in gaan zetten voor het Recovery College. Dus naast de vaste locaties bij Mariënhagen en Glorieux, zal je me ook tegenkomen op de verschillende locaties van het Recovery College. Kom eens langs voor een bakkie koffie.

Groetjes,
Margit



Thema-avond Suïcide belicht

Op maandag 29 augustus ging de thema-avond over suïcide en werd het thema vanuit verschillende invalshoeken belicht door onze ervaringsdeskundigen Patricia en Bieke. Tijdens deze avond hebben we geprobeerd om het onzichtbare een stukje zichtbaarder te maken en het taboe te doorbreken door het onderwerp bespreekbaar te maken. Het was een waardevolle avond. Bieke en Patricia, bedankt voor het delen van jullie ervaringen en jullie inzet!



Thema-avond

Bipolaire kwetsbaarheid

Wil je op een informele manier meer te weten komen over dit onderwerp of de ervaringen van onze ervaringsdeskundigen horen? Kom dan naar de thema-avond. Het thema wordt vanuit verschillende invalshoeken belicht.

Wanneer : Maandag 26 september

Tijd : 18.30-21.00 uur

Locatie : Herstelwerkplaats Hestia
Augustijnendreef 15 te Eindhoven

Aanmelden kan via hestia@markieza.org



Ben jij al bekend met het Recovery College Eindhoven? Naast mijn werkzaamheden bij Let it Be en Markieza ben ik coördinator van Het Recovery College Eindhoven.

Het Recovery College Eindhoven biedt een ontmoetingsplek en een herstelgericht programma voor iedereen die wil werken aan persoonlijk en maatschappelijk herstel. Op dit moment organiseren we een deel van ons programma verspreid over de stad op locaties van onze samenwerkingspartners, bijvoorbeeld bij Stichting IK WIL, Autismepunt en HK1.

Binnenkort hopen we ons te kunnen huisvestingen in ons eigen pand, waar ik jullie op korte termijn meer over ga vertellen.

Ben je nieuwsgierig geworden of wil je meer informatie over onze herstelactiviteiten? Kom dan naar één van onze informatiepunten of stuur een mail naar info@rc-e.nl. Ook op Facebook, Instagram en LinkedIn kun je ons programma vinden.

Informatiepunten

Stichting Ik Wil

Doctor Cuyperslaan 66, 5623 BB Eindhoven

Wekelijks op maandag 11.00-12.00 uur

HK1

Hessen Kasselstraat 1, 5615 SM Eindhoven

Wekelijks op maandag 15.30-16.30 uur

Autismepunt

Lupinestraat 14, 5614 GM Eindhoven

Wekelijks op vrijdag 10.30-11.30 uur

“Het zijn,
De scheurtjes,
In ons hart.
Die ons,
Gemaakt hebben,
Tot die mooie mensen,
Wie we nu zijn.”

Quote van Shiva

Ik wil heel graag een mooie quote met jullie delen waar ik heel veel kracht uit haal als het iets minder met mij gaat en ik terugkijk op bepaalde gebeurtenissen in mijn leven.



Start Empowermentgroep en Thema-avonden vanuit het Recovery College Eindhoven bij Autismepunt

Door Robby

Tijn en ik (Robby) zijn sinds 22 augustus begonnen vanuit het Recovery College Eindhoven (waar Samirah ook onderdeel van is) met het geven van een Empowermentgroep en eenmalig per maand ook een thema-avond. We doen dit eigenlijk op dezelfde manier als je/we gewend zijn bij Let it Be. Het wordt gegeven bij een van de 'satellieten' van het Recovery College Eindhoven namelijk: Autismepunt. Dit is een full service Autismebureau.

Wat het bijzonder maakt is dat ik zelf al bijna 10 jaar cliënt ben bij Autismepunt maar ook werknemer ben. Mijn beide bazinnen zijn dus een samenwerking aangegaan en ik heb meer uren!

Inmiddels hebben Tijn en ik al drie succesvolle bijeenkomsten gedraaid. Ik vind het heel leuk om de Empowermentgroep te doen omdat je elke week met een ander thema werkt en met elkaar in gesprek bent wat het voor jou betekent en hoe je er mee om gaat of mee om zou willen gaan!

Foto's: Eerste empowermentgroep bij Autismepunt i.s.m. het Recovery College Eindhoven



De Empowermentgroep is bedoeld voor de mensen die bij Autismepunt op de wachtlijst staan (of extern komen). Ik ben hier erg blij mee want er zijn veel mensen in Eindhoven die op de wachtlijsten staan voor hulp en via deze weg kunnen we toch al mensen gaan helpen om na te denken over en te werken aan hun herstelproces!



De thema-avonden zijn vrij en open te bezoeken voor iedereen!

Voor actuele informatie over de werkzaamheden en activiteiten vanuit het Recovery College Eindhoven houd de facebookpagina: facebook.com/recoverycollegeeindhoven in de gaten en/of bezoek de website: RC-E.nl.



Informatiepunten

Het Recovery College Eindhoven biedt een herstelgericht programma aan, voor iedereen die wil werken aan persoonlijk en maatschappelijk herstel. Wil je graag eerst kennis maken met onze ervaringsdeskundigen, meer informatie over ons herstel aanbod, ontdekken of het aanbod aansluit bij jouw herstel? Kom dan naar één van onze informatiepunten.

Stichting Ik Wil

Wekelijks op maandag 11.00-12.00 uur
Adres: Doctor Cuyperslaan 66, 5623 BB Eindhoven

HK1

Wekelijks op maandag 15.30-16.30 uur
Adres: Hessen Kasselstraat 1, 5615 SM Eindhoven

Autismepunt

Wekelijks op vrijdag 10.30-11.30 uur
Adres: Lupinestraat 14, 5614 GM Eindhoven

Meer informatie of inschrijven?

www.rc-e.nl _ info@rc-e.nl

Wil jij zelf iets bijdragen aan de nieuwsbrief? Heb je een gedicht geschreven, een mooi plaatje gecreëerd of gevonden, of iets anders dat je graag zou willen delen in de nieuwsbrief? Of weet je een interessante lezing, bijeenkomst of training? Dan mag je dit mailen naar: niewsbrief@let-it-be.nl (uiteraard behouden wij ons het recht voor om iets niet te plaatsen).

Heb je vragen of wil je je aanmelden voor begeleiding? Bel dan naar Samirah: 06-85 58 54 96. Je kunt je ook aanmelden via de website: www.let-it-be.nl.

Aanmelden voor de digitale nieuwsbrief kan door een mailtje te sturen naar niewsbrief@let-it-be.nl. Afmelden kan door een mailtje met in de titel "afmelden" te sturen naar voorgaand adres.

