



ACTIEF AAN DE SLAG OP EEN ANDERE MANIER?

**Persoonlijke begeleiding op maat
met HerstelVitaal**

A photograph of a person standing on a wooden dock, seen from behind with arms outstretched. The person is looking out over a calm lake that reflects the sky and surrounding trees. The sky is filled with soft, golden light from a setting or rising sun, creating a peaceful and contemplative atmosphere.

**You were born to be real
Not to be perfect**

HerstelVitaal biedt begeleiding aan om vanuit jouw kracht en talenten op een praktische manier vitaal en zelfstandig mee te kunnen doen in de samenleving.

Met onze passie en expertise helpen wij u verder!

Voor wie zijn wij?

Wij bieden persoonlijke begeleiding op maat. We richten ons voornamelijk op (jong) volwassenen met psychische kwetsbaarheden die vast zijn gelopen in het dagelijks leven, studie, werk/ondernemerschap.

Je ervaart bijvoorbeeld problemen als het gaat om:

- psychosociaal functioneren
- verwerken van verlies
- financiën op orde houden
- omgaan met anderen en klachten op het werk of met de studie
- dagbesteding of dagindeling
- beperkte energiehuishouding

Doel van de begeleiding is dat je (weer) vanuit jouw eigen kracht en talenten op een praktische manier zelfstandig kunt deelnemen in de samenleving.





Werkwijze

In het eerste gesprek bespreken we jouw hulpvraag en bepalen we jouw doelen. We leggen ze, evenals de voorwaarden van de ondersteuning, vast in een plan. Natuurlijk evalueren we tussentijds: zijn we goed op weg?

We onderzoeken samen jouw mogelijkheden. De individuele gesprekken vinden plaats buiten in de natuur, bij jou thuis of bij ons op kantoor. Daarnaast kun je meedoen met groepsactiviteiten buiten in de natuur. Je wandelt met andere deelnemers of je werkt met ons mee in de natuur. Op die manier doe je nieuwe contacten op. Ook kunnen deelnemers elkaar helpen en op ideeën brengen. We hebben de ervaring dat het fijn is om in een groep te werken, je bent niet de enige die tegen problemen op loopt!

De coach biedt ondersteuning, begeleiding en structuur en ziet erop toe dat een ieder aan de eigen doelen werkt. De coach helpt door richting te geven, maar jij maakt jouw eigen keuzes in eigen tempo. Uiteraard binnen de gemaakte afspraken.

Resultaat

Het resultaat is erop gericht dat jij weer grip krijgt op jouw situatie. Dat je de nieuwe ervaringen en vaardigheden die je hebt opgedaan zelfstandig kan inzetten. In overleg en met een plan bouwen we de hulpverlening dan af.

Wie zijn wij?

HerstelVitaal biedt diensten aan die zijn gericht op het herstellen en verbeteren van vitaliteit en werkgeluk. Dit doen wij door middel van coaching, persoonlijke begeleiding, wandelcoaching, loopbaanbegeleiding en activering.

Op welke locaties zijn wij actief?

Deze diensten bieden we aan op ons kantoor te Lelystad en we hebben een spreekkamer in Almere en Ermelo. Wij komen ook bij u thuis en het is mogelijk om op een buitenlocatie begeleiding en/of coaching te krijgen.

Meer weten?

Meer informatie vind je op onze website: www.herstellvitaal.nl of neem contact op met ons via de mail: info@herstellvitaal.nl of telefonisch: 06 5129 6273

HerstelVitaal & BuitenVitaal zijn gevestigd op het volgende adres:
Larserpoortweg 50 (tegenover Natuurpark Lelystad)
8218 NK Lelystad



HerstelVitaal heeft de beroepscertificering van Noloc en is een erkende CSR-partner. Daarnaast beschikt HerstelVitaal over het certificaat ISO 9001:2015