



'Verbinding is voor mij
het beste medicijn.'



Herstelcirkel Psychische Kracht van start

Binnenkort is het zover. Dan start in Nijmegen Lent Oosterhout de proef 'Herstelcirkel Psychische Kracht'.

Aan de nieuw ontwikkelde Herstelcirkel Psychische Kracht doen 12 deelnemers met chronische angst- of depressieklachten mee. Zij scheppen samen een omgeving die het kunnen behalen van zelfgestelde doelen – op het gebied van voeding, bewegen, ontspanning, slapen en sociale contacten – stimuleert. Het streven is dat zij daarin plezier en verbondenheid beleven.

Door het behalen van de doelen en het ervaren van contact ontstaat hopelijk een positieve dynamiek die leidt tot meer grip, energie en verbinding.

Angst en depressie keren in een groep

Een grote groep Nederlanders tobt al jaren met chronische psychische klachten. Zij voelen zich vaak 'uitbehandeld'. Herstelcirkel legt de focus op groei en mogelijkheden, en hoopt daarmee een alternatief te bieden.

De proef is een initiatief van Zorggroep Stiello, de gemeente Nijmegen, zorgverzekeraar Menzis en Stichting Herstelcirkel in de wijk. De voortgang van de deelnemers en het project wordt begeleid met onderzoek van Radboudumc.

Het proefproject loopt van september 2019 – 2020.

Herstelcirkel Diabetes Veenendaal van start

Op 3 september startte in Veenendaal de eerste Herstelcirkel Diabetes. Hier heeft Huisartsen Gelderse Vallei, een samenwerkingsverband van vijf huisartsenpraktijken, het initiatief genomen.

Huisarts Henk van der Linde (van praktijk Mediversum): 'Herstelcirkel is voor ons een passende vorm om burgers in staat te stellen om zelf het initiatief in leefstijlverbetering naar zich toe te trekken'.



[Klik hier](#)