



OPSTART GROEPSPROGRAMMA

Ik pieker, en nu?

11/02/2023

Help, verslaving in mijn systeem!

04/03/2023



GROEPSPROGRAMMA

Ik pieker, en nu?

Inhoud? Een psycho-educatie waarbij we in kleine groep aan de slag gaan met piekergedrag. Via concrete handvaten en oefeningen krijg jij meer vat op jouw gedachten. De nadruk ligt op bewustwording, analyse en oplossingsgericht denken.

Voor wie? Elk individu die actief aan de slag wil gaan om grip te krijgen op zijn of haar piekerprobleem.

Start? 11 februari 2023

Wanneer? 5 sessies op zaterdag van 09u00 tot 10u30

(11/02; 18/02; 04/03; 11/03; 01/04)

Prijs? 125€ / traject (= 25€ / sessie)

Aanmelden via Shanna Vinckier - shanna@verbindingspunt.be of 0475/58.36.33

Help, verslaving in mijn systeem!

Inhoud? Laagdrempelige praatgroep waarbij we door middel van informatie, taal, gesprek en oefeningen tot nieuwe perspectieven op verslaving proberen te komen. Via deze weg trachten we de relatie te verstevigen of herstellen.

Voor wie? Voor mensen die kampen met middelenmisbruik of -verslaving en één of meerdere personen uit hun dichte omgeving (familie, partner, vrienden, ...).

Start? 4 maart 2023

Wanneer? 5 sessie op zaterdag van 11u00 tot 12u30

(04/03; 18/03; 01/04; 22/04; 06/05)

Prijs? 2,5€ / p.p. / sessie (conventie-prijs)

Aanmelden via Céline Hinnekens - celine@verbindingspunt.be of 0479/41.45.72