

GROEPSSESSIES



WIL-G

groepspraktijk voor welzijn in lichaam en geest

MEDITATIE, YOGA, HARTCOHERENTIE, LICHAAMSGERICHT WERKEN

Leven met een chronische ziekte

EEN EMOTIONELE ROLLERCOASTER, VERBETER JE LEVENSKWALITEIT

Marleen Janssens

Arts, yoga-teacher, hartcoherentiecoach en reiki-gever

Tina Pira

Klinisch psycholoog, psychotherapeut, psychotraumatoloog



W A A R

Romain Stepestraat 107
2890 Sint-Amands

INSCHRIJVING / INFO

info@psycholoog-puurs-sint-amands.be

K O S T P R I J S

conventietarief van 2,5 euro / sessie
mits voorwaarden om in aanmerking te komen

W A N N E E R

dinsdagvoormiddag van 9u30 tot 11u

P R O G R A M M A

DAG 1: zelfzorg, jezelf graag zien,
zelfcompassie.

DAG 2: emoties bij chronische
ziekte, rouw, schuld, schaamte

DAG 3: grenzen voelen,
grenzen stellen en respecteren.

DAG 4: Leven in balans

DAG 5: mindere momenten,
tegenslagen, veerkrachtplan.

DAG 6: Veerkracht, bezieling

DAG 7: De wereld om me heen.
wat anderen zeggen...

DAG 8: Leven met de grote L.

Intake en evaluatie: individueel