

Wat kan ik verwachten?

Elke sessie staan we stil bij een thema. Dit doen we a.d.h.v. psycho-educatie, oefeningen, onderling uitwisselen van ervaringen en tips & tricks.

Kortom, Ella en Lien gaan samen met jou en de groep op pad in jullie zoektocht naar verandering en evenwicht. Zo wordt er onder andere stilgestaan bij vragen zoals:

- Ziekte-inzicht en motivatie tot verandering
- Welk effect heeft het op mijn leven, mijn lichaam, ...?
- Welke functie heeft het?
- Wat zou ik graag anders willen en hoe kan ik (samen met belangrijke anderen) tot verandering komen?
- Hoe omgaan met moeilijke eetmomenten en gedachten?
- ...

Dit alles doen we in een veilige groep van lotgenoten (max. 8 jongeren)

Wanneer?

donderdagnamiddag

16u30-18u

7 sessies :

3/10/2024

10/10/2024

17/10/2024

07/11/2024

21/11/2024

05/12/2024

19/12/2024

Belangrijk!

Gezien elke sessie verder bouwt op de andere wordt, in geval van inschrijving, jouw aanwezigheid tijdens elke sessie verwacht.

Waar?

Eetstudio groepspraktijk
Welvaartstraat 23/1ste verdiep
2000 Antwerpen

Tarief?

Deze jongerengroep wordt georganiseerd binnen de conventie voor psychologische zorg

Sessies zijn bijgevolg gratis!

Hoe inschrijven?

Stuur mail naar els@eetstudio.be
Wij plannen graag een intakegesprek met jullie in!



Voor wie?

VOOR JONGEREN TUSSEN 14 EN 18 JAAR MET EETSTOORNIS TYPE ANOREXIA/BOULIMIA NERVOSA

Wanneer eten geen evidentie meer is en je een moeilijke relatie hebt met je lichaam of jezelf, is het heel normaal (én helemaal ok) om je overweldigd en radeloos te voelen, om niet te weten hoe je hiermee moet omgaan, om hulp en steun nodig te hebben én te vragen...

Jij bent meer dan welkom!

Wie zijn wij?

LIEN VERWIMP/
KLINISCH PSYCHOLOOG



ELLA HOLLEVOET/
DIËTIST-LICHAAMSGERICHT THERAPEUT



Contactgegevens?

<http://eetstudio.be>
lien@eetstudio.be
ella@eetstudio.be

GROEPSTRAINING JONGEREN MET EEN EETSTOORNIS 14-18 JAAR



samen groeien
naar herstel



Een eetstoornis
gaat niet over eten