

Praktisch



- Elke donderdag van 9 uur tot 15 uur vanaf 18/04/2024.
- Locatie: Klein Engelandhoeve in Turnhouts Vennengebied: Klein Engeland 29 te Turnhout.



Een blok van 5 dagen Time-In kost €300,00 en bevat:

- 1 gratis kennismakingsgesprek
- 5 dinsdagen samen ZIJN
- 5 groepstherapeutische sessies
- 2 individuele therapeutische sessies
- 1 gesprekken met de jongere en zijn context

De therapeutische sessies worden mogelijk gemaakt door het netwerk Psychologische Zorg in de Eerste Lijn.

We geloven in het geheel van Time-In, toch is het mogelijk één of meerdere componenten afzonderlijk te volgen. Vraag er naar in het kennismakingsgesprek.

Over ons



Anthe Wynen is gepassioneerd door het werken met jongeren. Op een ervaringsgerichte manier wil ze hen in hun kracht zetten om vandaaruit verder te groeien en ontwikkelen. Anthe is orthopedagoog en volgde de vierjarige opleiding tot integratieve psychotherapeut. Ze werkt samen met het netwerk Psychologische Zorg in de Eerste Lijn (PZEL).

Karen Segers neemt jongeren graag mee in de natuur, om ze zo weer in contact te laten komen met hun eigen natuur. Met haar warme hart biedt ze een veilige plek waar jongeren kunnen stilstaan en voelen wie ze ten diepste zijn. Hierdoor ontstaat de helderheid die nodig is om volgende stappen te zetten. Karen is trainer, procesbegeleider en natuurtherapeut en neemt zowel individuen als teams mee in de natuur.



Contact

Aanmelden kan via de website:

<https://www.anthewynen.be/time-in>

ANTHE WYNEN
PSYCHOTHERAPIE

 www.anthewynen.be

 +32 494 62 90 58

 wynenanthe@gmail.com

TIME-IN

Take time to check-in



Project voor jongeren uit 2de en 3de graad van het regulier secundair onderwijs met psychische moeilijkheden



Steeds meer jongeren kampen met psychische problemen. In een maatschappij waar presteren een belangrijke rol krijgt en waar via social media het ene succes na het andere wordt gepresenteerd, ligt de druk erg hoog. Tegelijk zijn gezinssituaties steeds complexer en meer wisselend, waardoor de veilige, rustige haven soms ontbreekt. Hierdoor is er steeds meer nood aan een plek om te kunnen zijn, met alles wat er is.

Time-In is een plek om te zijn. Een plek waar we tijd creëren om in te checken bij onszelf om zo te ervaren wat er werkelijk leeft en wat we nodig hebben om terug in beweging te komen.

Wat?



Op Time-In mag je gewoon ZIJN met alles wat je ervaart, zonder iets te moeten presteren of bewijzen. Je kan tot rust komen en ervaren dat je goed bent, zoals je bent.

In de voormiddag doen we een GROEPSTHERAPEUTISCHE SESSIE. Je checkt in bij jezelf en brengt wat jij ervaart in contact met de groep. Zo ondersteunen jullie elkaar.



In INDIVIDUELE GESPREKKEN gaan we dieper in op waar jij tegenaan loopt en waar jij naar toe wil.

Hoe?



Time-In vindt plaats op een rustige omgeving vlak bij de natuur. We gebruiken de kracht van NATUURVERBINDING om terug dichter bij de essentie van jezelf te komen.

Je bent niet de enige die kampt met psychische moeilijkheden. Dat kan je ontdekken in verbinding met de GROEP. De ondersteuning die jullie bij elkaar vinden werkt helend in je eigen proces



In verbinding met de natuur en in verbinding met de groep versterken we de verbinding met JEZELF. Wie ben je echt en waar wil jij met jouw leven naar toe? Wat brengt jou in beweging op weg naar het leven dat jij wilt leiden?