Zacht in verwachting



Een warm groepsaanbod dat ruimte biedt om stil te staan bij stress en angst tijdens je zwangerschap en er meer rust en vertrouwen in te vinden.

Nog voor je kindje er is, bouw je al aan een warm nest en dat begint bij jezelf. Zwanger zijn brengt niet altijd de rust die je ervan verwachtte. In vijf sessies krijg je inzicht in je stress- en angstgevoelens, oefen je vaardigheden om ermee om te gaan, en verken je samen met andere zwangere vrouwen wie en wat je daarbij kan steunen.

Sluit je graag aan? Schrijf je dan in via de QR-code.

Praktische info

- Deelname aan **reeks van 5 sessies**
- Maandag **9/11, 16/11, 23/11, 30/11 & 7/12** van **13u30-15u**
- **De Speelwolk Sociale Campus**
  Kanaalbrugstraat 5D 1500 Halle
- Deelname in **de loop van de zwangerschap**
- Dit groepsaanbod kadert binnen de **eerstelijnspsychologische conventie**. Begeleiders zijn Amelia Peeters en Elke Van Lierde (klinisch psychologen)
- Basiskennis **Nederlands** is vereist
- Deelname kost **2,5 euro** per sessie (12,5 euro voor de gehele reeks)

Wij voorzien een drankje en iets lekkers!

Wij nodigen je na inschrijving graag uit voor een kort online of telefonisch **kennismakingsgesprek**. Zo weten we of dit traject past bij je noden.

Nog **vragen**? Stuur dan een mail naar info@ameliapeeterspsycholoog.be.

