

Wanneer?

Elke dinsdag avond
(uitgezonderd schoolvakanties)
17u30 - 19u
19u30 - 21u

We organiseren twee groepen,
een groep voor jongeren (12-15 jaar)
en een groep voor jongvolwassenen
(16-30 jaar)

Waar?

Groepspraktijk De Mast
Dorpsstraat 6, 2950 Kapellen

Kostprijs?

Deze training wordt georganiseerd binnen de conventie voor psychologische zorg. Dit betekent dat de kosten worden verrekend via het RIZIV, er is voor jongeren **geen eigen bijdrage**.

De intake is gratis. Voor de individuele- en evaluatie gesprekken wordt het gebruikelijke tarief gehanteerd (70 euro). Indien jullie in aanmerking komen voor een verhoogde tegemoetkoming kan ook hier bekeken worden om de kostprijs binnen de conventie te voorzien.



Samen naar herstel

Groepstraject voor jongeren met een eetstoornis



- Word je steeds bang om bij te komen? Of vermijd je bepaalde voedingsmiddelen?
- Ben je de hele dag bezig met eten (of met niet eten)?
- Zijn er thuis steeds meer discussies rond voeding en aan tafel?
- Voel je je schuldig wanneer je een dag niet hebt gesport?
- Is de weegschaal voor jou een obsessie geworden?
- Voel je je onzeker, moe en futloos?
- Maakt je omgeving zich zorgen?

Wij staan voor je klaar!

Waarom in groep?

Via groepstherapie ervaar je **dat je niet de enige bent** die worstelt met deze klachten. Door middel van het groepsgebeuren krijg je **meer inzicht** in jezelf en de moeilijkheden waarmee je kampt. De groep geeft ook een gevoel van **verbondenheid** en biedt een veilige haven om relaties te leren opbouwen. Je wordt gesteund en kan anderen steunen, waardoor je meer en meer in je kracht komt te staan.

Meer info en inschrijven

Info@praktijkdemast.be
0468/02.79.75
www.praktijkdemast.be

Verloop?

Na een verkennende fase van 4 tot max. 6 individuele sessies, wordt bepaald of het groepstraject de beste behandelmogelijkheden biedt voor jou.

Elke groepssessie draait rond een thema. We staan o.a. stil bij:

- Motivatatie voor herstel
- Denkfouten over eten en lichaam
- Hoe angsten overwinnen
- Helpende gedachten
- Zelfbeeld en lichaamsbeeld

Elke 3 maanden wordt de vooruitgang in het herstelproces geëvalueerd door middel van een gezinsgesprek.

De sessies kunnen parallel gevolgd worden met de groepssessies voor ouders (zie flyer oudertraining).

Dit groepstraject is gebaseerd op wetenschappelijke kennis, training van Eetexpert en onze klinische ervaring in de behandeling van patiënten met een eetstoornis.

 **Eetexpert**
Kenniscentrum eet- en gewichtsproblemen

Door wie?



Dr. Laura Gypen
Doctor in de klinische psychologie



Lara De Winter
Klinisch psycholoog



Celine Vereeck
Diëtiste



Lore Boerjan
Ergotherapeut,
Klinisch psycholoog



Lie Maes
Diëtiste