

VOORTRAJECT EMDR

Impact van en omgaan met
onverwerkte (traumatische)
levenservaringen.



Reeks 2 (2025)

06/10, 07/10, 13/10, 20/10,
21/10, 27/10, 28/10, 10/11
Telkens van 19u30 - 21u00

Locatie
CC De Roos Glabbeek

Maakte je een moeilijke levensgebeurtenis mee en heeft deze nog steeds een grote impact op jouw leven? Wil je graag met deze impact aan de slag? Misschien is het voortraject EMDR iets voor jou. We zetten in op het stabiliseren van jouw klachten, zonder al dieper in te gaan op de moeilijke ervaringen. Later beslis je zelf of je nood hebt aan een diepgaandere verwerking (bv. met EMDR). Met dit traject krijg je een beter inzicht in hoe jouw klachten zijn ontstaan en wat jou helpt om hiermee om te gaan.

Is een groep voor jou een drempel? Je kiest zelf wat je wel en niet deelt in de groep. Wij waken er over dat in gesprek op individueel niveau niet te diep gegaan wordt. Uit ervaring weten we dat het verrijkend kan zijn om van elkaar te leren en elkaar te inspireren.

VOOR WIE

Volwassenen (+18) die een moeilijke levensgebeurtenis meedragen.

BEGELEIDING

Anja Bertier

Psycholoog – psychotherapeut –
EMDR practitioner

Emily De Cupere

Psycholoog – EMDR practitioner i.o.

MEER INFO & INSCHRIJVINGEN info@coconnect.be

Eerste individuele sessie is gratis. Daarna 2,5 euro per groepssessie.