

STAP VOOR STAP IN HET NU

5 groepssessies (max. 6 deelnemers) waarin je al wandelend in contact met het hier en nu geraakt.



Dit groepstraject is iets voor jou:

- als je merkt dat je jezelf vaak voorbij holt
- als je graag wilt vertragen in het dagelijks leven
- als je je meer bewust wilt zijn van je omgeving

Wanneer: Vrijdagen 25/09, 02/10, 09/10, 16/10 en 23/10/2026
van 16.00u tot 17.30u

Startpunt: wordt gecommuniceerd de dag voor de sessie
regio's: Kampenhout, Kortenberg, Nossegem,...

Begeleiding: Klinisch psycholoog Hilde Van Heddegem
Klinisch psycholoog Elisabeth Van den Bossche

Inschrijving: hilde.van.heddegem@proximus.be
of 0475/20.24.65

Kostprijs: €12,50 voor het volledige groepstraject
individueel intakegesprek: gratis of max €11,00



GROEPSAANBOD EERSTELIJNS
PSYCHOLOGISCHE ZORG