



GROEPSAANBOD EERSTELIJNS PSYCHOLOGISCHE ZORG

EENZAAMHEID ... Verbinden met mezelf, verbinden met anderen

Eenzaamheid is voor iedereen anders. Sommige mensen hebben weinig tot geen sociale contacten, maar voelen zich niet eenzaam. Andere mensen hebben juist veel vrienden, maar ervaren toch gevoelens van eenzaamheid. Vaak gaat eenzaamheid gepaard met een laag gevoel van eigenwaarde, verlegenheid of het gevoel dat je niet handig of goed genoeg bent in het maken en onderhouden van sociaal contact. In deze groep willen we stilstaan bij jouw gevoel van eenzaamheid en samen op zoek gaan naar wat dit betekent in jouw leven en waar je naar toe wil.

Tijdens de groepssessies ga je werken aan jouw eenzaamheid. Het praten over jouw gevoelens van eenzaamheid is een belangrijke stap naar verandering. Hier hebben we dan ook veel aandacht voor. Verder ga je onderzoeken wat verbondenheid voor jou betekent en ga je op zoek naar hoe je je meer verbonden kan voelen met jezelf én met de ander. Je wordt je meer bewust van jouw eigen gevoelens en gedachten die een rol spelen in het contact met anderen. Aan de hand van oefeningen en opdrachten en uitwisseling in groep ga je hiermee aan de slag.

VOOR WIE?

Dit aanbod staat open voor iedereen vanaf 18jaar die met eenzaamheid geconfronteerd wordt en op zoek is naar manieren om hier mee om te gaan.

SESSIEGEVERS

Eveline De Blauwer
Klinisch psycholoog
eveline.de.blauwer@telenet.be

Veerle Bernaert
Klinisch orthopedagoog
veerleb55@gmail.com

Voor meer info of het plannen van een intake kan je mailen naar Veerle Bernaert of Eveline De Blauwer.



EERSTELIJNSZONE
LEUVEN NOORD



KOSTPRIJS

De groepssessies worden gegeven in het kader van de conventie voor de eerstelijnspsychologische zorg:

- Individueel gesprek voorafgaand aan de groepssessies (verplicht / ± 50 min.): gratis
- 2,5 euro per groepssessie
- Nagesprek (indien gewenst) met een psycholoog (± 50 min.): 11 euro (4 euro bij verhoogde tegemoetkoming)

DATA

Intakegesprek:

Dinsdag 19 maart en
9 april
13u - 14u - 15u
(op afspraak)

Sessies:

Dinsdag 14u - 16u
- 16/04/24
- 30/04/24
- 14/05/24
- 28/05/24
- 11/06/24

LOCATIE

LDC De Klapper, Klappgat 2, 3150 Haacht

WWW.EPZVLAAMSBRABANT.BE

