

Opnieuw zin in morgen

Type

Groepsaanbod

Startdatum

15/02/2027 - 15/03/2027

Locatie

Sint-Niklaasstraat 8, 8400 Oostende, Belgium (Avansa Oostende-Westhoek)

Door

Caroline Duyck

Kelly cockaert (Externe partner)

Praktische info

Datums

15 februari 2027 - 14:00 - 15:30

22 februari 2027 - 14:00 - 15:30

01 maart 2027 - 14:00 - 15:30

08 maart 2027 - 14:00 - 15:30

15 maart 2027 - 14:00 - 15:30

Prijs

Prijs voor groepsaanbod en meerdaagse:

0-23 jaar = kosteloos

+23 jaar= 2,5 per sessie

Prijs voor lezingen

Kosteloos voor iedereen

Aantal sessies

5

Duur sessies

105

Voor wie

-cliënten die life-events doormaakten

-cliënten die een nieuwe levensfase ingaan (bv ouderen, pensioen, lege nest)

-cliënten die fysieke of psychische aandoening doormaakten (bv depressie)

Hulp bij

Traumaverwerking, Zelfzorg, Chronische pijn of vermoeidheid, Depressie, Echtscheiding, Eenzaamheid, Identiteit, Kanker (ondersteuning bij), Migratieachtergrond, Pesten, Psychosomatische klachten, Slachtofferhulp, Stress, Werkgerelateerde problemen, Zelfbeeld

Bereikbaarheid

Rolstoel toegankelijk, Met de bus, Betaald parkeren aan straat

Inhoud

Heb je het gevoel alsof je even je richting kwijt bent in het leven? Vraag je je soms af wat de zin van alles is? Of ben je even je drive of levenslust kwijt en leef je een beetje op automatische piloot?

We maken allemaal wel eens van die momenten door. Soms na het meemaken van ingrijpende levensgebeurtenissen, of een psychische aandoening zoals bv depressie of ook wanneer we een nieuwe levensfase betreden.

Via deze reeks willen we samen met jullie op zoek gaan naar een hernieuwd innerlijk kompas, naar zingeving, kortom naar die drive die het leven glans geeft. We doen dit aan de hand van inzichten en handvaten vanuit de positieve psychologie.

"I am much more vulnerable than I thought, but much stronger than I ever imangined. Let me fall if I must fall. The one I become will catch me." (Baal Shem Tov)

Contact en inschrijven

E-mailadres

duyckcaro@gmail.com

Inschrijven

https://www.safebase.be/aanbod

Meer info op elpen.be

https://www.elpen.be/initiatieven/opnieuw-zin-morgen-0