

Kleine groepen - individuele intake



www.elpen.be

€ 15  
voor de reeks

# Opnieuw verbinden met jezelf

*Luisteren naar de taal van je lichaam*



Westhuis - Kortrijksestraat 119 A, Oostkamp

6 sessies, 18u - 19u30

ma 21/09

di 17/11

di 6/10, 20/10, 27/10

di 1/12

engagement voor alle sessies wordt verwacht

**Voel jij je moe, leeg of opgejaagd?**

**Ervaar je lichamelijke klachten zonder duidelijke medische oorzaak?**

Je functioneert misschien goed, lijkt ‘geslaagd’ voor de buitenwereld — maar vanbinnen voel je je niet gelukkig, niet verbonden. Je vraagt je af:

*"Is dit het nu?"*

*"Wie ben ik eigenlijk?"*

*"Waar wil ik naartoe?"*

We weten dat het lichaam een taal spreekt — een taal die we niet altijd meteen begrijpen. Lichamelijke klachten kunnen signalen zijn van iets diepers: oude kwetsuren, onvervulde verlangens of een gemis aan echt contact met jezelf. In plaats van alleen te focussen op het bestrijden van klachten, nodigen we je uit om te luisteren: Wat probeert jouw lichaam je te vertellen?

Samen gaan we op zoek naar betekenis. We leren stil te staan bij wat zich aandient in jouw lijf. Door te luisteren, te voelen en te ervaren, ontstaat ruimte voor inzicht, heling en verbinding.

**Wil je meer weten of bekijken of dit bij je past?**

Alle bijkomende informatie, contactgegevens en de mogelijkheden tot inschrijving vind je via:

[www.elpen.be/initiatieven/opnieuw-verbinden-met-jezelf-luisteren-naar-de-taal-van-je-lichaam](http://www.elpen.be/initiatieven/opnieuw-verbinden-met-jezelf-luisteren-naar-de-taal-van-je-lichaam)

Na aanmelding word je gecontacteerd voor een kennismakingsgesprek waarin we samen bekijken of dit groepsaanbod kan aansluiten bij jouw noden en verwachtingen. Het intakegesprek is gratis.

*Annelore Maes, Delphine Van Hevele, Eline Devriese*  
*Klinisch Psychologen - Psychotherapeuten*

