

ADHD, WAT MOET IK ERMEE?



Psycho-educatietraining voor kinderen en jongeren van 8-12 jaar

We werken samen rond:

- Beter begrijpen wat ADHD nu net is en hoe het ons dagelijks leven en omgeving kan beïnvloeden. Via leuke en interactieve activiteiten leren we onszelf beter kennen.
- We zoeken naar manieren om rust te vinden in ons hoofd en hoe we kunnen omgaan met een overdaad aan prikkels.
- We zoeken aansluiting bij elkaar en leren elkaar ondersteunen. We leren dat we er niet alleen voor staan en dat we hulp kunnen vragen.
- We leren onze eigen talenten ontdekken en ons zelfbeeld te versterken.
- We oefenen om onszelf te accepteren zoals we zijn.

Groepssessies onder het tarief van de conventie voor klinische psychologen:
GRATIS

Slechts beperkte plaatsen beschikbaar,
inschrijven via
info@praktijkdemast.be

Locatie:

Dorpsstraat 6
2950 Kapellen

Meer informatie:

info@praktijkdemast.be
www.praktijkdemast.be
0468/02.79.75

Sessies gaan door op:

08/02/2027: 9u - 10u30

09/02/2027: 9u - 10u30

10/02/2027: 9u - 10u30

11/02/2027: 9u - 10u30

12/02/2027: 9u - 10u30

Oudersessie:

01/02/2027: 18u - 19u30

15/02/2027: 18u - 20u00

De Mast
GROEPSPRAKTIJK