

Samen zoeken we antwoorden op moeilijke en ingewikkelde vragen zoals: Wie ben ik? Waar ben ik bang voor? Wat vind ik belangrijk? Waar ben ik goed in en wat is niets voor mij? Wat laat ik zien aan anderen? En aan wie? Verstop ik mij of durf ik te tonen wie ik echt ben? Hoe ziet mijn pijn eruit? Wat kan ik doen om die pijn te verzachten? Hoe kan ik anderen helpen en hoe kunnen zij mij helpen? Waar haal ik moed en kracht uit? Wat helpt en inspireert me als het moeilijk gaat? Kan ik mijn grenzen aanvoelen? Wat zijn veilige, gezonde grenzen en hoe kan ik ze aangeven? Van wat voor wereld droom ik? Wat wil ik voor de toekomst? Wat wil ik voor mezelf? We zoeken naar antwoorden, of we bedenken nog meer vragen. Want ook dat is oké!

't Keerpunt

Ijzerenveld 104/2, 2861 Sint-Katelijne-Waver

Begeleiding

Liesbet Depoortere en Joke Benoot
Inschrijven via:
joke.benoot@tkeerpunt.be



Keerpunt ATELIER

2026-2027

Vorm geven aan wat je moeilijk gezegd krijgt

Groepstraject rond emotieregulatie en veerkracht voor jongeren





Atelier

Wat? Samen creatief aan de slag gaan, zoeken, verbinden. We zoeken naar verschillende manieren om uit te drukken en vorm te geven wat we beleven, ervaren, voelen en werken op die manier aan veerkracht en emotieregulatie.
Type? Woord, beeld, of allebei. Jij kiest.
Wie? 13 - tot 23-jarigen.





Praktisch

12 sessies van 2u, telkens op woensdag van 14u tot 16u

9/9, 23/9, 28/10, 25/11, 16/12, 13/1, 3/2, 3/3, 24/3, 14/4, 12/5, 2/6

Dit aanbod kadert binnen de conventie geestelijke gezondheidszorg, waarvoor sinds 1/2/'24 geen remgeld meer betaald dient te worden