

Voor wie?

VOOR JONGVOLWASSENEN
TUSSEN 18 EN 23 JAAR
MET EETSTOORNIS
TYPE ANOREXIA/BOULIMIA NERVOSA

Wanneer eten geen evidentie meer is en je een moeilijke relatie hebt met je lichaam of jezelf, is het heel normaal (én helemaal ok) om je overweldigd en radeloos te voelen, om niet te weten hoe je hiermee moet omgaan, om hulp en steun nodig te hebben én te vragen...

Jij bent meer dan welkom!

Wie zijn wij?

LIEN VERWIMP/
KLINISCH PSYCHOLOOG



ELLA HOLLEVOET/
DIËTIST-LICHAAMSGERICHT THERAPEUT



Contactgegevens?

<http://eetstudio.be>
lien@eetstudio.be
ella@eetstudio.be

GROEPSTRAINING
JONGVOLWASSENEN
MET EEN EETSTOORNIS
18-23 JAAR



**samen groeien
naar herstel**



**Een eetstoornis
gaat niet over eten**

Wat kan ik verwachten?

Elke sessie staan we stil bij een thema. Dit doen we a.d.h.v. psycho-educatie, oefeningen, onderling uitwisselen van ervaringen en tips & tricks.

Kortom, Ella en Lien gaan samen met jou en de groep op pad in jullie zoektocht naar verandering en evenwicht. Zo wordt er onder

andere stilgestaan bij vragen zoals:

- Ziekte-inzicht en motivatie tot verandering
- Welk effect heeft het op mijn leven, mijn lichaam, ...?
- Welke functie heeft het?
- Wat zou ik graag anders willen en hoe kan ik (samen met belangrijke anderen) tot verandering komen?
- Hoe omgaan met moeilijke eetmomenten en gedachten?
- ...

Dit alles doen we in een veilige groep van lotgenoten (max. 8 jongvolwassenen).

Wanneer?

woensdagnamiddag

17u-18u30

7 sessies :

09/09/2026

23/09/2026

07/10/2026

21/10/2026

04/11/2026

18/11/2026

09/12/2026

Belangrijk!

Gezien elke sessie verder bouwt op de andere wordt, in geval van inschrijving, **jouw aanwezigheid tijdens elke sessie verwacht.**

Waar?

Eetstudio groepspraktijk
Welvaartstraat 23/1ste verdiep
2000 Antwerpen

Tarief?

Deze jongvolwassenroep wordt georganiseerd binnen de conventie voor psychologische zorg. Er zijn dus **geen kosten** voor de deelnemers. We verwachten wel **een trouw en actief engagement!**

Hoe inschrijven?

Stuur mail naar info@eetstudio.be
Wij plannen graag een intakegesprek met jullie in!

