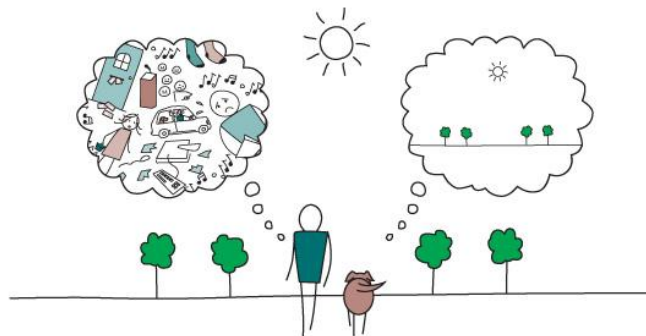


Korte mindfulness training (als aanvulling op een individuele behandeling).



Mind Full, or Mindful?

Deze korte groepstraining is bedoeld voor cliënten die vanwege psychische problemen een individuele behandeling ontvangen bij een psycholoog of POH-GGZ.

Deze training is niet een compacte versie van de 8-weeken training, maar helemaal anders van opzet. Het gaat in deze training vooral om het samen oefenen en bespreken van de oefeningen. De ervaringen van andere deelnemers kan erg inzichtgevend en stimulerend zijn. Er blijft zo in de gesprekken met de eigen behandelaar meer tijd over voor de persoonlijke problematiek.

De training bestaat uit 4 bijeenkomsten van een uur uur. Van de deelnemers wordt verwacht dat zij thuis, gedurende de training, dagelijks 20 tot 30 minuten oefenen.

Samenstelling groep

Er is plaats voor 6 cliënten.

Therapeut

Mw. drs. A.W. van der Heide (GZ-psycholoog)

Data

Woensdag van 19.30 tot 20.30 uur. Start 25 januari 2012. Daarna wekelijks.

Kosten

Deze aanvulling op uw psychologische behandeling wordt door de zorgverzekeraar vergoed, met uitzondering van de € 25,00 materiaalkosten en de verplichte eigen bijdrage € 20,00.

Plaats

Praktijk voor Eerstelijnspsychologie Melkkelder 83 9205 DE DRACHTEN

Informatie

Voor meer informatie kunt u bellen op dinsdag, woensdag en donderdag tussen 11.30 en 12.00 uur (tel: 0512-549990). Op andere momenten kunt u inspreken op het antwoordapparaat.

Website: www.psychologiepraktijkdrachten.nl

Aanmelding

Vòòr 10-01-2012. Indien er op deze datum onvoldoende aanmeldingen zijn wordt de training uitgesteld

Telefonisch: 0512-549990 (de praktijk is tussen 24-12-2011 en 06-01-2012 gesloten).

E-mail: info@psychologiepraktijkdrachten.nl