



# Brainspotting-procesgroep

VOOR MENSEN MET LANGDURIGE STRESS  
&/OF VERMOEIDHEID

➤ Breng vastzittende emoties en patronen in beweging, zonder veel te praten of te analyseren

➤ Brainspotting richt zich rechtstreeks op de onderliggende lichamelijke of neurofysiologische component van je klacht

➤ Hierdoor ontstaan nieuwe mogelijkheden.

Woensdag 9.30 - 11.30

8/5 -15/5-22/5-5/6-19/6

praktijk 'Samen Sterk' , Leistraat 118, Lichtaart

**Brainspotting** is een krachtige therapeutische methode die werkt door de onderliggende neurofysiologische bronnen van emotionele en lichamelijke pijn, trauma, stress gerelateerde – en andere complexe symptomen te identificeren, te verwerken en uiteindelijk los te laten.  
meer info: [www.brainspotting.be](http://www.brainspotting.be)

We werken in **kleine groep** (4-6 deelnemers). Groepen zijn van nature een goede omgeving om tot transformatie en groei te komen door het creëren van samenhang en hoop, het vinden van ondersteuning en het leren van elkaar.

#### BEGELEIDERS:

**Ellen Stoffels** – geconventioneerd orthopedagoog en brainspotting practitioner

**Ruth Geudens** – burn-out en loopbaancoach

**meer info of inschrijven**

[ellen@zinnenworden.be](mailto:ellen@zinnenworden.be) / [info@weglow.be](mailto:info@weglow.be)

0475 23 87 47 / 0474 68 91 58

Kostprijs: €12,5 voor de 5 sessies

Intakegesprek, gratis tenzij reeds een gratis gesprek bij een collega gehad dit jaar