

EERSTELIJNSPSYCHOLOGISCHE ZORG  
KEMPEN

organiseert groepsaanbod:

# ***Release Rebalance Renew***


**TRE® - VERWERF EEN EFFECTIEVE  
MANIER OM FYSIEKE EN MENTALE  
STRESS LOS TE LATEN WAARMEE JE  
ZELF MAKKELIJK AAN DE SLAG KAN**

**CAMPUS THOMAS MORE TURNHOUT  
GROEPSESSIES**

**28/5 - 4/6 - 11/6 - 18/6 - 25/6**

**18.00-19.30**

**individuele kennismaking vooraf +  
nabespreking kan online of face-to-face**



**TRE® IS EEN STRESSREDUCERENDE  
LICHAAMSGERICHTE METHODE.  
ALS JE DEZE OP EEN VOOR JOU  
PASSENDE MANIER, REGELMATIG  
UITVOERT, KOMT ER EEN DEUGDDOEND  
EN DIEPGAAND HERSTELPROCES OP  
GANG.**

**DIT NATUURLIJK PROCES KAN IEDEREEN  
TOEPASSEN. DE OEFENINGEN ZIJN  
TOEGANKELIJK ONGEACHT DE FYSIEKE  
CONDITIE OF LEEFTIJD.  
MEER INFO OVER DE METHODE:  
[WWW.TRE-BELGIUM.BE](http://WWW.TRE-BELGIUM.BE)**

**TRAINERS:  
ELLEN STOFFELS - GECONVENTIONEERD  
ORTHOPEDAGOOG  
KAROLIEN VERSCHUEREN - ERKEND  
PROVIDER TRE**

**MEER INFO OF INSCHRIJVEN  
(VOOR 21/05/2024) :  
[ELLEN@ZIJNENWORDEN.BE](mailto:ELLEN@ZIJNENWORDEN.BE)  
0475 23 87 47**

