

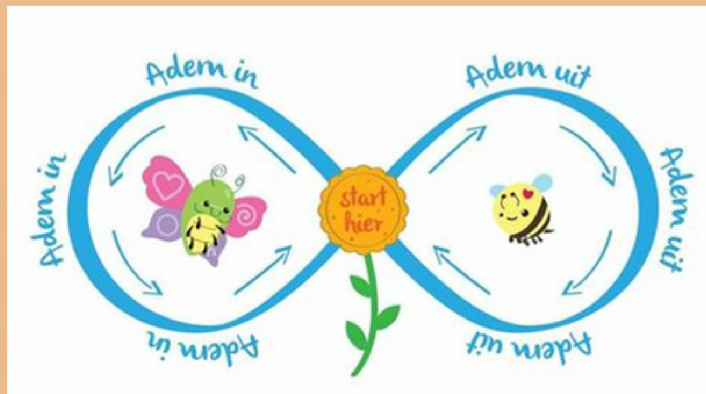
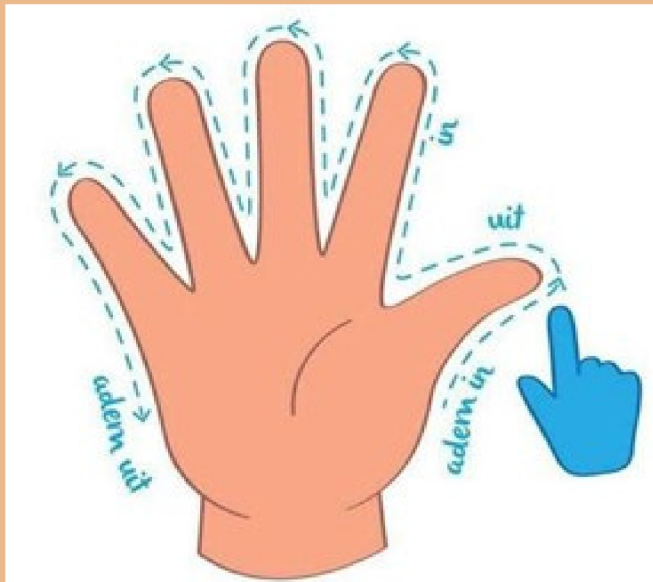


# InJeKrAcht!

## Nieuws



### ADEMKRACHTOEFENING IN DE KIJKER



### MARJOLEIN DEVRIENDT

Klinisch psychologe & creatief therapeut sinds 2005.

Gecertificeerd Rots- en water trainer. Specialisatie: basisschool, ASS en trauma

Polyvagaaltheorie en ASS, ADHD, HSP, angst ...

Integratieve psychotherapie: psychosomatiek en traumatologie (i.o.)

### INSCHRIJVING InJeKrAcht-trainingen

via link of QR-code:



<https://forms.gle/a3HT7fuNjA9JIT5t9>





## RELAX BODY HAPPY HEART IN TIELT

**Wat? creatieve ontspanning** waar 'creatie - beweging - groei' de rode draad vormt. Het doel is om via creatieve methodieken meer in verbinding te komen met jezelf, de eigen talenten te voeden, positief denken en voelen, emotieregulatie en ont-prikkeling te begeleiden.

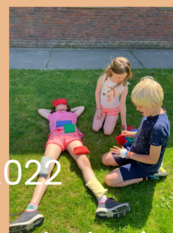
**Hoe?** via actieve ontspanningsoefeningen volgens de polyvagaaltheorie & hartcoherentie, creatief bezig-zijn (kunsttherapie), visualisatie, yoga & beweging via rots- en watermethodiek ...

**Doelgroep:** basisschoolleeftijd

**Waar?** Reuzenhuis, Tielt

**Wanneer?** 6 dinsdagen van 18u00 - 19u30  
vanaf 8/11 tot en met 20 december 2022

**Kostprijs:** 15€ ganse reeks via ELP (Eerstelijnspsychologische hulp) of  
20€/sessie zonder ELP



## RELAX BODY HAPPY HEART IN RUISELEDE



**Wat? creatieve ontspanning** waar 'creatie - beweging - groei' de rode draad vormt. Het doel is om via creatieve methodieken meer in verbinding te komen met jezelf, de eigen talenten te voeden, positief denken en voelen, emotieregulatie en ont-prikkeling te begeleiden.

**Hoe?** via actieve ontspanningsoefeningen volgens de polyvagaaltheorie & hartcoherentie, creatief bezig-zijn (kunsttherapie), visualisatie, yoga & beweging via rots- en watermethodiek ...

**Doelgroep:** basisschoolleeftijd

**Waar?** bibliotheek te Ruiselede (Nieuwstraat 8)

**Wanneer?** 5 vrijdagen van 16u00 - 17u30  
vanaf 18/11 tot en met 16 december 2022

**Kostprijs:** 12.5€ voor de ganse reeks via ELP  
(Eerstelijnspsychologische hulp) of  
20€/sessie zonder ELP

