

Keuzehulp

Positieve gezondheid



gezondeboel
therapieland

Dit is het volledige aanbod - Najaar 2021.
Een selectie van de programma's staat in jouw basispakket.

Nog op de wachtlijst?

- Eerste stap naar herstel
- Eetstoornissen - op de wachtlijst



Voor bij de intake

- Intake formulier
- Eerste stap naar herstel



Kwaliteit van leven

Alcohol onder controle
Balans
Denken, voelen & doen - LVB
Echtscheiding - Ouders
Eerste stap naar herstel
Geluk
Gescheiden ouders - Jongeren
Het hele gezin thuis - corona
Mantelzorg
Mindfulness

Mindfulness - Jongeren
Mindfulness English
Mindfulness Polski
Mindfulness Türkçe
Overgang
Piekeren
Relaties & seksualiteit - Jongeren
Seksualiteit - Basisprogramma
Somberheid
Somberheid - Jongeren

Lichaamsfuncties

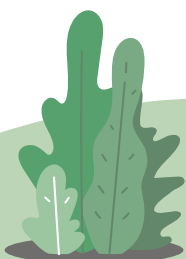
Alcohol onder controle
Bewegen
Bewegen bij lichamelijke klachten
Emotie-eten
Kennis van gezondheid
Leefstijl
Lekker slapen
Ontspanning
Seksualiteit - Basisprogramma
Stoppen met roken

Meedoen

Communiceren
Eenzaamheid
Eenzaamheidsvirus - Corona
Living in a different culture
Loneliness
Mijn sociale omgeving
Pesten en agressie op de werk-
vloer
Relatieboost

Zingeving

Doelen behalen
Kernkwadranten
Loopbaancoaching
Stop keuzestress



Keuzehulp

Positieve gezondheid



Mentaal welbevinden

Accepteren	Mindfulness Polski
Avondwandeling VR	Mindfulness Türkçe
Communiceren	Omgaan met agressie
Dealing with corona stress	Omgaan met corona - kinderen
Denken, voelen & doen - Kinderen	Omgaan met coronastress
Druk en afgeleid	Overgang
Druk en afgeleid - Jongeren	Somberheid
Emoties in kaart - Jongeren	Somberheid - Jongeren
G-schema - Compleet	StressLes
Grip op jouw emoties - Jongeren	Stressless English
Mantelzorg	Veerkracht
Mentale ondersteuning zorgprofessionals - Corona	Zelfbeeld
Mindfulness	Zelfbeeld - Kinderen
Mindfulness - Jongeren	Zelfbeeld - Ouders
Mindfulness English	Zelfcompassie: minder streng voor jezelf

Dagelijks functioneren

Activatie
Faalangst
Faalangst - Jongeren
Faalangst - Ouders
Lifestyle
Naar de middelbare school - Jongeren
Omgaan met geld
Opkomen voor jezelf
Oplossingsgericht opvoeden
Planning en Structuur
Strategie om te leren
Te veel social media
Thuiswerken

