



Deze programma's staan in jouw basispakket en kan je allemaal begeleid inzetten. - Zomer 2023

Op zoek naar een passend programma?

Per thema vind je direct het aanbod aan programma's die je kan inzetten.



Voor bij de intake

- Intake formulier
- Eerste stap naar herstel



Ontwikkeling & Opvoeding

- | | |
|---|---|
| <u>ACTief opvoeden</u> | <u>Hoogbegaafd - Jongeren</u> |
| <u>Autisme jongeren - Ouders</u> | <u>Hoogbegaafd - Ouders</u> |
| <u>Autisme kinderen - Ouders</u> | <u>Intakeformulier</u> |
| <u>Denken, voelen & doen - LVB</u> | <u>Kernkwadranten</u> |
| <u>Druk en afgeleid</u> | <u>Mindfulness - Jongeren</u> |
| <u>Druk en afgeleid - Jongeren</u> | <u>Naar de middelbare school - Jongeren</u> |
| <u>Een trauma bij je kind - Opvoeders</u> | <u>Oplossingsgericht opvoeden</u> |
| <u>Emoties in kaart - Jongeren</u> | <u>Relaties & seksualiteit - Jongeren</u> |
| <u>Faalangst - Ouders</u> | <u>Stoplichtmethode - Kinderen</u> |
| <u>Grip op jouw emoties - Jongeren</u> | <u>Zelfbeeld - Kinderen</u> |
| | <u>Zelfbeeld - Ouders</u> |

ADL - Activiteiten Dagelijks Leven

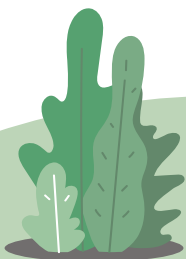
- Activatie
- Balans
- Druk en afgeleid
- Leefstijl
- Intakeformulier
- Planning en Structuur
- Te veel social media

Eetproblematiek

- Emotie-eten
- Eerste stap naar herstel
- Eetdagboeken
- Eetstoornissen - Blik op de toekomst
- Eetstoornissen - Gezinsondersteuning
- Intakeformulier

Levensgebeurtenissen

- | | |
|--|---|
| <u>Accepteren</u> | <u>Omgaan met agressie</u> |
| <u>Echtscheiding - Ouders</u> | <u>Overgang</u> |
| <u>Gemis tijdens speciale momenten</u> | <u>Rouw</u> |
| <u>Gescheiden ouders - Jongeren</u> | <u>Rouw na moord en doodslag</u> |
| <u>Intakeformulier</u> | <u>Rouw na suïcide</u> |
| <u>Mantelzorg</u> | <u>Uit elkaar - de ander wil uit elkaar</u> |
| <u>Moodbooster voor de donkere maanden</u> | <u>Uit elkaar - ik wil uit elkaar</u> |
| | <u>Verlies</u> |





School / Werk / Dagbesteding

Activatie	Naar de middelbare school - Jongeren
Balans	Omgaan met agressie
Doelen behalen	Overprikkeling
Druk en afgeleid	Pesten en agressie op de werkvloer
Druk en afgeleid - Jongeren	Planning en Structuur
Faalangst	Planning en structuur - Student
Faalangst - Jongeren	Regisseur worden van je werkdruk
Faalangst - Ouders	RSI - Preventie
Gefocust te werk	Slaap en shifts
Hoogbegaafd - Jongeren	Stop keuzestress
Hoogbegaafd - Ouders	Strategie om te leren
Hybride werken	StressLes
Intakeformulier	Talenten ontdekken
Kernkwadranten	Zelfmanagement voor studenten

Gezin & Thuisituatie

AD(H)D - Ouders
Autisme jongeren - Ouders
Autisme kinderen - Ouders
Balans
Communiceren
Echtscheiding - Ouders
Gescheiden ouders - Jongeren
Intakeformulier
Mantelzorg
Omgaan met agressie
Planning en Structuur
Relatieboost
Omgaan met geldzorgen

Lichamelijke gezondheid

Bewegen	Hersenletsel (NAH) - Mantelzorg
Bewegen bij lichamelijke klachten	Intakeformulier
Dementie: hulp bij je diagnose	Kennis van gezondheid
Dementie: voor de mantelzorger	Kanker 3 - Na de behandeling
Diabetes type 1 - Jongvolwassenen	Leefstijl
Diabetes type 2	Lekker slapen
EHBOorsuizen - Controle over	Ontspanning
Tinnitus	Overgang
Eerste stap naar herstel	RSI - Preventie
	Slaap en shifts

Vrije tijd & sport

Activatie
Balans
Bewegen
Intakeformulier
Ontspanning
Stop keuzestress
Talenten ontdekken





Geestelijke gezondheid

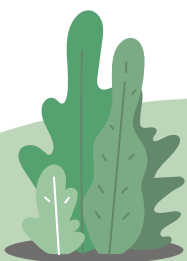
- Accepteren
- Afhankelijke-persoonlijheidsproblematiek - Sociale omgeving
- Andere gespecificeerde persoonlijkheidsproblematiek - Sociale omgeving
- Autisme in de partnerrelatie
- Balans
- Dankbaarheid
- Denken, voelen & doen - LVB
- Depressie - Sociale omgeving
- Diabetes type 2
- Druk en afgeleid
- Dwangmatige-persoonlijheidsproblematiek - Sociale omgeving
- Eenzaamheid
- Eerste stap naar herstel
- Faalangst
- Geluk
- Grip op jouw emoties - Jongeren
- Intakeformulier
- Kennis van gezondheid
- Kernkwadranten
- Leefstijl
- Lekker slapen
- Mantelzorg
- Mindfulness
- Mindfulness - Jongeren
- Moodbooster voor de donkere maanden
- Omgaan met emoties
- Omgaan met agressie
- Ontspanning
- Overgang
- Overprikkeling
- Piekeren
- Planning en Structuur
- Psychose - Sociale omgeving
- Rouw
- Rouw na moord en doodslag
- Rouw na suïcide
- Somberheid
- Somberheid - Jongeren
- Stop keuzestress
- StressLes
- Te veel social media
- Terugvalpreventie
- Veerkracht
- Vermijdende-persoonlijheidsproblematiek - Sociale omgeving
- Zelfbeeld
- Zelfbeeld - Jongeren
- Zelfbeeld - Kinderen
- Zelfbeeld - Ouders
- Zelfcompassie: minder streng voor jezelf

Sociale contacten

- Accepteren
- Activatie
- Autisme in de partnerrelatie
- Communiceren
- Eenzaamheid
- Gemis tijdens speciale momenten
- Intakeformulier
- Mantelzorg
- Mijn sociale omgeving
- Omgaan met agressie
- Opkomen voor jezelf
- Pesten en agressie op de werkvloer
- Relatieboost
- Relaties & seksualiteit - Jongeren
- Sociale vaardigheden - Kinderen
- Te veel social media
- Uit elkaar - de ander wil uit elkaar
- Uit elkaar - ik wil uit elkaar
- Verlies

Verstaving & Veiligheid

- Alcohol onder controle
- Intakeformulier
- Slechte gewoontes
- Stoppen met roken
- Te veel social media
- Terugvalpreventie
- Omgaan met geldzorgen
- Veerkracht



Keuzehulp

Sociaal Domein



Engelstalige programma's

[Balance](#)

[Communication](#)

[Fear of failure](#)

[Feeling Gloomy](#)

[First steps to recovery](#)

[Lifestyle](#)

[Living in a different culture](#)

[Loneliness](#)

[Managing your money](#)

[Mindfulness English](#)

[Overactive and Inattentive](#)

[Relaxation](#)

[Resilience](#)

[Scheduling and structure - Students](#)

[Self-compassion: kinder to yourself](#)

[Self-image](#)

[Self-Management for Students](#)

[Sleeping well](#)

[Standing up for yourself](#)

[Stop Decision Stress](#)

[Stressless English](#)

[Study Strategies](#)

[Too Much Social Media](#)

[Worrying](#)

Anderstalige programma's

[Mindfulness Türkçe](#)

[Mindfulness Polski](#)

[Stressless Deutsch](#)

