



Je staat **er niet**
alleen voor

Betrek je naasten bij je behandeling

De kracht van samen: Therapieland voor jou en je naasten

Therapieland biedt 280+ online programma's, die je kunt volgen samen met je vrienden, familie of andere naasten. Of je nu werkt aan panieklachten, minder stress of persoonlijke groei, samen kom je verder. Onze programma's helpen jou op weg naar een verbeterde versie van jezelf, met de steun en betrokkenheid van je omgeving.

Voordelen van Therapieland

- Aan de slag op je eigen tempo, waar en wanneer het jou uitkomt
- Meer hulp naast je gesprekken met je behandelaar
- Meer controle over je eigen zorg
- Werk samen met je naasten aan je behandeling
- Duidelijke, betrouwbare informatie die makkelijk terug te vinden is
- Volg je eigen voortgang in je behandeling
- Ontwikkeld door experts
- Gebruik het programma ook nog na je behandeling

“Het werken met dit programma geeft mij het gevoel even niet alles alleen te hoeven/moeten doen. Het geeft wat ‘ademruimte’ om dingen even van een afstand te bekijken en hierdoor je perceptie wat ruimer te krijgen.”

- Cliënt programma **Depressie CGT**

Je werkt aan



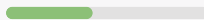
Accepteren



VERDERGAAN



Eerste stap naar herstel



VERDERGAAN



Veerkracht



VERDERGAAN