

keuzehulp ziekenhuiszorg



Dit is het volledige aanbod - voorjaar 2025

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



Methode

ACT	G-schema - Gedragsexperiment
ACT - Acceptatie	G-schema - Meerdimensionaal
ACT - Defusie	G-schema - Rechtbank
ACT - Jezelf observeren	G-schema - Taartdiagram
ACT - Mindfulness	G-schema - Uitdaagvragen
ACT - Toegewijde actie	G-schema - Weegschaal
ACT - Waarden	Ontwikkelingsanamnese
ACT your way	Terugvalpreventie
ACT: van Klacht naar Veerkracht	
Consultvoorbereiding	
Denken, voelen & doen - Kinderen	
Denken, voelen & doen - Ouders	
G-schema - Compleet	

Angst, Dwang en Paniek

Angst - Kinderen	Interoceptieve exposure
Dwang	Minder angst na kanker
Dwang De challenge - Jongeren	Paniek
Dwang bij je kind - Opvoeders	Specifieke fobie
Gegeneraliseerde angst	Ziekteangst

Emotieregulatie

Emoties in kaart - Jongeren	Omgaan met emoties
Grip op jouw emoties - Jongeren	

Psychose

Psychose	Psychose - Sociale omgeving
--------------------------	---

Zelfbeeld

Zelfbeeld - Jongeren	Zelfcompassie - Minder streng voor jezelf
Zelfbeeld - Kinderen	
Zelfbeeld - Ouders	

Stemming en Rouw

Activatie	Omgaan met een suïcidale naaste
Dankbaarheid	Overgang
Depressie - CGT	Rouw
Depressie - Sociale omgeving	Somberheid
Geluk	Somberheid - Jongeren
Gemis tijdens speciale momenten	Verlies
Moodbooster voor de donkere maanden	

keuzehulp ziekenhuiszorg



Een selectie van de programma's staat in jouw basispakket.

Stress en Ontspanning

Doelen behalen - (jong) Volwassenen	Piekeren
Energieweegschaal - Jongeren	Piekeren - Jongeren
Hartrevalidatie: Hart en hoofd in balans	Planning en structuur
Mindfulness	StressLes
Mindfulness - Jongeren	Stress herkennen - Jongeren
Ontspanning	

Somatiek

Aanhoudende lichamelijke klachten (ALK)	Kanker 1 - Na de diagnose
Aanhoudende (pijn) klachten - Mind-body benadering	Kanker 2 - Tijdens de behandeling
Chronische pijn	Kanker 3 - Na de behandeling
Diabetes type 1 - Jongvolwassenen	Omgaan met vermoeidheid (E-coach)
Diabetes type 2	SOLK/ALK - Gevolgenmodel
EHBOorsuizen - Controle over Tinnitus	

Leefstijl en Slapen

Alcohol onder controle	Ongewenste gewoontes
Alcoholverslaving	Slaapproblemen bij kinderen - Opvoeders
Bewegen bij lichamelijke klachten	Slaaprestrictie
Kennis van Gezondheid	Slim slapen - Jongeren
Leefstijl	Stoppen met roken
Leefstijl - 60+	Winterwelzijn: Actief en gelukkig
Lekker slapen	
Mantelzorg	

Trauma en Verwerking

Accepteren	EMDR - Jongeren
Een trauma bij je kind - Opvoeders	EMDR - Kinderen
EMDR	PTSS
	Veerkracht

Neurologie

Dementie: hulp bij je diagnose	Hersenletsel (NAH) - Mantelzorg
Dementie: voor de mantelzorger	Hersenletsel (NAH) - Psychosociale veranderingen
Hersenletsel (NAH) - Cognitieve veranderingen	Overprikkeling

Eetproblematiek

Anorexia 1 - Van start	Eetstoornissen - Blik op de toekomst
Anorexia 2 - De functie	Eetstoornissen - Gezinsondersteuning
Boulimia 1 - Van start	Eetstoornissen - Op de wachtlijst
Boulimia 2 - De functie	
Eetdagboeken - 3 weken	
Eetstoornis NAO 1 - Van start	
Eetstoornis NAO 2 - De functie	