



*“Het praatkaffee is er voor familieleden en mensen met een psychische kwetsbaarheid. Het is een plaats om lotgenoten te ontmoeten en ermee aan de praat te gaan.”*

### ***‘Meer innerlijke rust door zelfzorg’***

*Een betere bewustwording van de verbinding tussen lichaam, hoofd en hart, met oefeningen om dichter bij je gevoel te komen.*

**Dinsdag 4 juni 2019 - 19u30**  
**VC Mozaïek, Overleiestraat 15A, Kortrijk**

#### **Sprekers**

Kathy Dobbels  
Ontwikkelingsgerichte coach van centrum Shivaya in Kuurne.

#### **Inkom**

€ 1 (*inschrijven niet nodig*)

Meer info over In Balans:



[www.psy Zuid.be](http://www.psy Zuid.be)  
[praatkaffee.inbalans@gmail.com](mailto:praatkaffee.inbalans@gmail.com)

Een initiatief van het Netwerk Geestelijke  
Gezondheidszorg Zuid-West-Vlaanderen en Simile:

### **VOLGENDE PRAATKAFFEE**

Dinsdag 1 oktober 2019

### ***‘De kloof tussen intentie en gedrag’***

*Wat remt ons af om te komen tot positief gedrag?*

Annick Mahieu

Ergotherapeute en master in de gezondheids-  
voorlichting en bevordering in AZ Groeninge



**Netwerk**  
**Geestelijke**  
Gezondheidszorg  
Zuid-West-Vlaanderen