



**Sint-Maarten**

algemeen ziekenhuis  
emmaüs

**ELA biedt eerstelijns psychologische zorg en is verbonden aan het Therapeutisch Atelier (TheA), de dageenheid voor kinder- en jeugdpsychiatrie in AZ Sint-Maarten.**

## **ELA-groepssessie**

### **De emotietrein - train je emoties**

#### **Wat?**

De sneltrein waarmee we emoties kunnen ervaren en kunnen overspoeld worden, maken dat we soms de nodige training nodig hebben om hiermee te kunnen omgaan. Met dit groepsaanbod willen we kinderen en hun ouders inzicht geven in de ervaren emoties en handvaten aanreiken om hier mee om te gaan.

#### **Voor wie?**

Kinderen van 10 tot 12 jaar die in het dagelijkse leven regelmatig te maken krijgen met stress en moeilijke emoties.

#### **Praktisch**

Er worden 8 sessies aangeboden waarvan 7 voor de kinderen en 1 sessie voor ouders. Voorafgaand aan de sessies wordt er een intakegesprek georganiseerd. Na de sessies wordt er een eindgesprek gepland.

De sessies voor de kinderen gaan iedere woensdag van 14.30 tot 16 uur door in het Therapeutisch Atelier van AZ Sint-Maarten. De eenmalige oudergroep zal gepland worden op een avond tijdens het traject.

Meer informatie over startdata is beschikbaar op [www.azsintmaarten.be/ela](http://www.azsintmaarten.be/ela).

## **Kostprijs**

Dit groepsaanbod is gratis.

De kinderen die deze training willen volgen, moeten aangesloten zijn bij het ziekenfonds. Enkel kinderen die in het kalenderjaar nog geen groepssessies hebben gevolgd komen in aanmerking.

## **Inschrijven?**

Inschrijven kan door een mail te sturen naar [ela.azsintmaarten@emmaus.be](mailto:ela.azsintmaarten@emmaus.be).

## **Waar?**

Therapeutisch Atelier AZ Sint-Maarten  
Liersesteenweg 435 2800 Mechelen

## **Vragen?**

Vragen stellen kan via mail naar [ela.azsintmaarten@emmaus.be](mailto:ela.azsintmaarten@emmaus.be)

