





“De training was goed, had van mij wel wat langer mogen duren.”

“Ik kon wat we oefenden, dezelfde week nog toepassen!”

# Grenzen stellen

Psychomotorische therapie voor mensen die in een kleine groep willen oefenen met het stellen van grenzen voor zichzelf en de omgeving

<p><b>Inhoud programma</b></p> 	<p>Door middel van beweeg- en actieve werkvormen oefen je met het innemen van meer ruimte voor jezelf, stilstaan bij je gevoel en actief aangeven van grenzen wanneer je luistert naar je gevoel.</p> <p>In deze groep vind je vast herkenning en “oefenmateriaal”. Samen oefenen biedt uitdaging.</p>
<p><b>Data, tijden en locatie</b></p> 	<p>Woensdag 11 en 25 september, 9 en 23 oktober van 9:30-11:00 bij Businessclub Voetbalvereniging Berkum, Boerendanserdijk 53 in Zwolle</p>
<p><b>Tarieven en vergoedingen</b></p> 	<p>E340 voor de training (E85 per sessie)</p> <p>Vergoedingsmogelijkheden:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>-mogelijk via de aanvullende zorgverzekering (informeer bij je zorgverzekering en zie <a href="http://www.pmtpraktijkjoehoe.nl/tarieven-en-vergoedingen/">www.pmtpraktijkjoehoe.nl/tarieven-en-vergoedingen/</a>)</li><li>- wellicht via je werkgever (informeer bij je behandelaar voor een aanvraagformulier)</li></ul>
<p><b>Voor meer informatie</b></p> 	<p>Bel: 06-13707204 Mail: <a href="mailto:pmt@prismapsychologie.nl">pmt@prismapsychologie.nl</a> Therapeut: Marloes van de Kreeke PMT Praktijk Joehoe!</p>