

Zeggen wat je wilt! – Wat wil ik?

Zeggen wat je voelt! – Wat voel ik?

Voor wie:

Mensen die moeite hebben met conflicten aangaan, autonomie of het aangeven van gevoelens/behoefte in een sociale context.

Wat doen we:

Psychomotorische therapie (PMT) is een behandeling die met behulp van activiteiten afkomstig uit sport & spel en lichaamsgerichte oefeningen aan de slag gaat met:

- Bewust worden of en hoe jij conflicten uit de weg gaat
- Bewust worden welke gevoelens/behoefte er in verschillende situaties omhoog komen
- Het geven van je mening en benoemen van je behoeftes
- Keuzes maken

In de groep kunnen ervaringen uitgewisseld worden en veilig geoefend worden met verschillende situaties.

Wanneer is het:

Op woensdag van 11:15 tot 12:45

Het aantal sessies wordt afgestemd op jouw behoefte.

Wat kost het:

€ 52,50 euro per sessie

Voorafgaand aan de groep is er een intake gesprek van 60 minuten à € 100,-

Wanneer je aanvullend verzekerd bent, zijn een aantal verzekeraars die de sessies (gedeeltelijk) zullen vergoeden. In sommige gevallen is volledige vergoeding via de basisverzekering mogelijk.

Waar is het:

PMT Amstelveen
Nijenburg 2F
1081 GG Amsterdam

Aanmelden:

Kan bij Lia van der Maas via lia@pmtamstelveen.nl

Er is geen verwijzing nodig.

