

Samen Sterk in Contact

Voor zorggebruikers en hun gezin of naasten waar contact soms moeilijk is of zelfs stilgevallen lijkt.

Wat als moeilijk contact maken niet alleen een persoonlijke uitdaging is, maar ook therapie en steun vanuit het gezin of naasten in de weg staat? UPC Duffel biedt met 'Samen Sterk in Contact' een groepsaanbod aan om als zorggebruikers en hun gezin of naasten duurzaam contact te versterken.

Herken je dit?

- ✓ je verlangt naar contact, maar voelt belemmeringen of angst
- ✓ je voelt je alleen, zelfs met anderen om je heen
- ✓ je wilt nabijheid én ruimte voor jezelf
- ✓ je twijfelt of contact nog een manier is om te verbinden
- ✓ je hebt geprobeerd, maar het contact is stilgevallen of lijkt niets meer op te leveren

Over gezinsgroepstherapie

In deze groep komen meerdere gezinnen samen om te werken aan contact en communicatie, ook als dat al een tijd niet meer vanzelfsprekend is. Je leert van elkaars ervaringen en krijgt nieuwe inzichten. Het doel is niet om alles perfect te maken, maar om samen te ontdekken wat er toe doet in jullie gezin, of je nu het contact wilt verdiepen of opnieuw wilt opbouwen.

Wat bieden we?

- ✓ een veilige groep voor jongvolwassenen (16+) en hun ouders/gezin
- ✓ uitwisseling met andere gezinnen, oefeningen en gesprekken
- ✓ ruimte om te zoeken naar verbinding én autonomie – beide als waardevol

Wat levert het op?

- ✓ nieuwe manieren om contact te maken, óók als dat moeilijk voelt of lang geleden is
- ✓ meer vertrouwen in jezelf en de ander als basis voor verder herstel of hulpverlening
- ✓ verbinding en ruimte voor jezelf: het hoeft niet óf-óf te zijn

Voor wie?

- ✓ jongvolwassenen (16-26 jaar) en hun naaste omgeving voor wie contact een uitdaging is, waar contact stilgevallen is of die meer verdieping wensen in hun communicatie
- ✓ minstens één gezinslid is in opname bij UPC Duffel bij start van de groep
- ✓ de gezinsleden kunnen de volledige reeks volgen
- ✓ de leeftijdsondergrens voor deelname is 16 jaar

Meer info & aanmelden

Meer info bij Ludmilla Moons – 015 30 45 27 – ludmilla.moons@emmaus.be

Aanmelden bij je afdelingspsycholoog of hoofdverantwoordelijke in inschrijven via deze microsoft forms voor 20/03/2026:



Elk contact telt – waar contact ontbreekt, kiemt een nieuw begin – Samen Sterk in Contact

Praktische info

Wanneer

▶ sessie 1 en 2	02/04/'26	15u30-18u30
▶ sessie 3	23/04/'26	16u-18u00
▶ sessie 4	07/05/'26	16u-18u00
▶ sessie 5 en 6	21/05/'26	16u-19u00
▶ sessie 7	02/06/'26	16u-18u00

Waar

UPC Duffel, 'De Kleiput'
Stationsstraat 22c, 2570 Duffel