

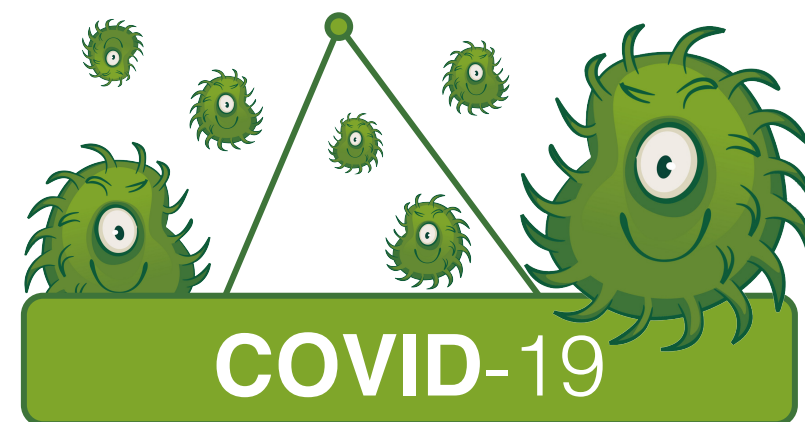
# Stresshantering voor kinderen

Online workshop voor kinderen van 8 tot 12 jaar

**BALANZA**  
Psychologische groepspraktijk

## INHOUD

1. Kinderen leren hun gevoelens, gedachten en gedrag in deze bijzondere coronaperiode **beter begrijpen**
2. Kinderen leren **omgaan met** stress, spanning, angst, verdriet, frustratie...
3. Kinderen maken samen met de psycholoog **een plan** op dat thuis kan worden ingezet



## CONTACT EN INSCHRIJVEN

**Anna Lowagie**

Klinisch psycholoog  
annalowagie@balanza.be  
+32 468 31 97 91

## VERLOOP

1. Beknopte, **telefonische intake** met ouder(s)
2. **Individueel videogesprek** met het kind via de veilige online tool 'Whereby'
3. **Terugkoppeling** naar ouders en bespreking mogelijkheid boostersessies