

# MOVE!

Ben jij tussen de 12 en de 18 jaar oud?  
Voel je al langer dat je niet goed in je vel zit?  
Voel je je regelmatig somber of angstig?  
Wil je positiever leren denken en zelfverzekerder worden?

Doe mee aan onze groepstherapie MOVE!  
Samen met andere jongeren ga je aan de slag om je negatieve gedachten en gevoelens te overwinnen. Er worden verschillende behandelvormen gebruikt, waaronder cognitieve therapie en sporten.

## Wat?

- 12 therapie sessies met de groep
- 8 sportsessies met de groep
- 1 of 2 sessies met ouders

## Start?

Twee keer per jaar (voorjaar en najaar) start een nieuwe groep met MOVE!

Neem voor meer informatie en aanmelden contact op met ons:

 0481-371199     [info@raadthuys.nl](mailto:info@raadthuys.nl)     [www.raadthuys.nl](http://www.raadthuys.nl)

