Houd Me Vast voor koppels – April 2027

Door Katrien Lagrou, in de Baarbeekhoeve in Muizen



Houd Me Vast is een evidence-based relatieprogramma voor koppels, gebaseerd op de Emotionally Focused Therapy (Johnson, 2008). Het is bedoeld voor partners die geloven in hun relatie en op zoek zijn naar een weg om de verbinding opnieuw te versterken en de liefde te herontdekken.

Warm aanbevolen…

- Als jullie toe zijn aan tijd en ruimte om stil te staan bij jullie relatie
- Als jullie de weg precies wat zijn kwijtgeraakt, door drukke levens, drukke jobs, de zorg voor kinderen, andere levensuitdagingen…
- Als jullie een manier wil leren kennen om jullie relatie warmer te maken en centraler te stellen in jullie leven
- Als jullie beter wil begrijpen hoe jullie op een positieve manier kunnen omgaan met conflicten en spanningen
- Als jullie weer meer verbondenheid willen voelen met elkaar

Onderwerpen die tijdens de training aan bod komen:

- de rol van emoties
- begrijpen van de liefde in partnerrelaties
- communicatie- en gedragspatronen
- onderlinge verbinding en bereikbaarheid
- pijnpunten in de relatie
- bouwen aan veiligheid om moeilijke dingen te kunnen bespreken

Tijdens de bijeenkomsten wordt gewerkt met videomateriaal, oefeningen en individuele opdrachten. Het is nadrukkelijk de bedoeling dat de partners met elkaar in gesprek gaan. Groepsdiscussies vormen slechts een beperkt deel van het programma.

Opleider



Katrien Lagrou is klinisch psycholoog, erkend supervisor en opleider in de systeemtherapie (BVRGS) en gecertificeerd therapeut en supervisor in de Emotionally Focused Therapy (ICEEFT). Katrien is deel van het EFT-België team en organiseert oa de EFT-opleiding voor counselors en Houd Me Vast trainingen voor therapeuten. Daarnaast is ze stafmedewerker in de Postgraduaat Relatie-, Gezins en Systeempsychotherapie van UPCKULeuven - Context. Samen met haar partner Hans Dieleman, heeft ze een eigen praktijk voor EFT-psychotherapie en supervisie – Huis Voor Relatietherapie.

Praktisch

Wanneer

Maandag 26 en dinsdag 27 april 2027, telkens vanaf 9u15 tem 17u.

Lokatie

Baarbeekhoeve Muizen-Mechelen
Baarbeekstraat 24
2812 Muizen-Mechelen

https://baarbeekhoeve.be/

Bereikbaarheid

De Baarbeekhoeve ligt in Muizen, op een groene en rustige locatie op slechts enkele kilometers van Mechelen.

Vanuit Mechelen is de hoeve vlot bereikbaar **met de auto** via de Leuvensesteenweg. Aan de hoeve is er voldoende parkeergelegenheid voorzien. Wie met het **openbaar vervoer** komt, kan vanuit station Mechelen verder reizen richting Muizen. De hoeve ligt op max 15” wandelafstand van het station van Muizen. Met **de fiets** is het een 5-tal km vanaf de Grote Markt in Mechelen, waarbij je een groot stuk langs de prachtige Dijle kan fietsen.

We bezorgen deelnemers vooraf graag de meest praktische verbinding en wandelroute.

Kostprijs

725 EUR per koppel

In dit bedrag is inbegrepen:

- Houd Me Vast training gegeven door Katrien

- Houd Me Vast werkboekje per partner
- Uitgebreid lunchbuffet op beide dagen, bereid met verse producten van de Baarbeekhoeve (twv 25 euro pp/d)
- Doorlopend koffie en thee
- Een prachtige plek, omgeven door natuur en stilte, waar jullie twee dagen lang alle ruimte krijgen voor elkaar

Inschrijven

Inschrijven doe je **door een mailtje te versturen aan**: Katrien@huisvoorrelatietherapie.be

Jullie inschrijving is definitief **na betaling van het inschrijvingsbedrag** via een factuur.

Annuleringsvoorwaarden

De inschrijving kan enkel omwille van onvoorziene omstandigheden geannuleerd worden en dit **tot ten laatste 1 maand voor de start**, met afhouding van **10% administratiekosten**.
Afzeggingen binnen de laatste maand voor de training kunnen niet meer terugbetaald worden. Op dat moment zijn we immers niet meer in de mogelijkheid om jullie plaatsje nog in te vullen, en is alles praktisch en organisatorisch geregeld.