



Webinar

# Zelfzorg: waarom is dit zo moeilijk?

23 september 2022

9 tot 11u

**Doelgroep:** Alle zorgverleners

**Spreker:** dr. Séverine Van de Voorde, doctor in de psychologie

*Accreditatie is goedgekeurd voor Kinesitherapeuten (PQK) (4NVE)*

*Belgische artsen (Riziv 2 C.P's)*

*Accreditatie is aangevraagd voor psychotherapeuten (ABP)*

*Zowel zorgverleners als cliënten weten wel hoe belangrijk zelfzorg is in onze hedendaagse overprikkelende jungle. Waarom is het dan zo moeilijk om hier prioriteit aan te geven? Waarom hollen we onszelf voorbij? Waarom maken we anderen belangrijker dan onszelf?*

*In dit webinar ontdek je waarom zelfzorg in onze maatschappij een absolute noodzaak is om het hoofd boven water te kunnen houden.*

*Je krijgt inzicht in een aantal veel voorkomende factoren die zelfzorg kunnen belemmeren, zoals afwijzingsgevoeligheid, pleasing, onaangepast perfectionisme, niet-helpende overtuigingen, gewoontepatronen, geen voeling meer hebben met wat echt bij je past (je "ware kern").*

*Je maakt kennis met heel concrete methodieken om van zelfzorg een levensstijl te maken en praktische tools om cliënten dichter bij hun ware kern te brengen.*

**Séverine Van De Voorde** is doctor in de psychologie, stress en burn-out coach, HSP professional en loopbaancoach. Als academica en docente (UGent en Howest) verdiepte ze zich gedurende meer dan 10 jaar in de neuropsychologie en ontwikkelingsstoornissen. Haar onderzoek verscheen in toonaangevende wetenschappelijke tijdschriften. Sinds 2015 heeft ze een eigen praktijk Centrum Diabolo waar ze als klinisch psycholoog en coach gespecialiseerd is in hoogsensitiviteit, veerkracht, stress, energiebeheer, burn-out en loopbaanbegeleiding.

## **Kosten:**

€ 52,-

(inclusief BTW, digitale hand-outs, opleidingsattest)

## **Inschrijven**

Is noodzakelijk en kan via het inschrijvingsformulier op [www.kintu.be](http://www.kintu.be)

Na inschrijving ontvangt u een factuur.

## **Algemene voorwaarden**

- Uw inschrijving is bindend. Inschrijving verplicht dus tot betalen.
- Er is geen terugbetaling mogelijk.
- Uw inschrijving is persoonlijk.
- Dit webinar wordt opgenomen. Deze opname kan enkel worden bekeken door de deelnemers gedurende een bepaalde tijd.
- **Leden van Pro-Q-Kine** moeten na afloop van de opleiding een toets invullen. Enkel indien men hiervoor minstens 70% scoort worden de navormingseenheden bijgeschreven in het kwaliteitsregister. Alle toetsen moeten ingeleverd zijn ten laatste op 6 november.
- **Artsen** krijgen volgens hun accrediteringssysteem de credit points enkel bijgeschreven na volledige live-deelname.

## **Uitgesteld kijken**

Dit webinar kan tot en met 6 november herbekeken worden. De link hiervoor krijgt u toegestuurd via mail van zodra de opnames klaar zijn. Dit duurt meestal 1 tot 2 dagen.

## **Studiepunten**

Voor deze navorming krijgt u 2 studiepunten of 4 navormingseenheden (PQK).

## **Attest**

De deelname-attesten worden verstuurd ofwel na een live-deelname ofwel na 6 november.

## **Online**

Deze opleiding wordt online georganiseerd. Voor aanvang krijgt u de inloggegevens via mail op het door u aangegeven e-mailadres op het inschrijvingsformulier. Vragen stellen kan via de chat.

## **Uw organisator**

Chris Kerfs

[www.kintu.be](http://www.kintu.be)

[chris.kerfs@kintu.be](mailto:chris.kerfs@kintu.be)