

# REPRENDRE SA VIE EN MAIN APRÈS UN TRAUMA comprendre et surmonter

Vous avez souffert d'un ou de plusieurs traumatismes et vous aimeriez...

- mieux **comprendre** leurs impacts,
- apprendre à **gérer vos symptômes**,
- et surtout à les **surmonter** ?



Rejoignez notre **groupe de parole** qui vous aidera à atteindre ces objectifs grâce à une série de séances guidées par **2 psychologues** et à l'**échange** avec des personnes qui ont un vécu similaire au vôtre !

- 📅 Les vendredis de 12h à 14h toutes les 2 semaines
- 📍 Centre de Santé Holistique à Schaerbeek
- 💶 Gratuit (< 23 ans) ou 2.50€ par séance (24 ans et +)
- ⚠️ Être en ordre de mutuelle et apporter votre NISS
- 👥 2 psychologues cliniciennes formées en psychotrauma



Inscription obligatoire et + d'informations

[groupe.trauma@gmail.com](mailto:groupe.trauma@gmail.com)

