



HET MISBRUIK LOKET

## Groepsreis Frankrijk

Wie in het dal blijft, ziet nooit de andere kant van de berg



### Onderwerpen die je tegen gaat komen

- Het Moment in kaart brengen, wat gebeurde er nou eigenlijk?
- De Schade helder krijgen, waar loop ik nou vaak tegenaan?
- De Gevolgen, wat zijn de gevolgen van het misbruik en de schade?
- Herstel, wat is mijn identiteit? Wat is mijn basisveiligheid?
- Herstel, Hoe nu verder?



Roeland Boes

Michiel de Bresser

Seksueel misbruik verwerken is niet gemakkelijk. Helemaal niet als je leven bestaat uit hardnekkige patronen en situaties waar geen uitweg in lijkt te zijn. Je hebt al van alles geprobeerd, maar je valt steeds terug in oude gewoontes. Dan is het goed om eens uit je bekende situatie te stappen en het misbruik vanuit een andere hoek te bekijken.

*“Deze reis was een unieke en onmisbaar onderdeel in mijn herstelproces” - Peter -*

Deze reis is een krachtige outdoor groepsreis met mensen die hetzelfde hebben meegemaakt. Door de uitdaging van het hiken in de prachtige Alpen, de gesprekken met anderen en de coaching krijg je een dieper inzicht in jezelf. Je krijgt een goed beeld van de schade en gevolgen van het misbruik op jouw leven. Gedragen door ervaren begeleiders en de veiligheid van de groep krijg je nieuwe inzichten en leer je vaardigheden om patronen in je leven te veranderen. Je kunt in contact met anderen je grenzen bewaken en leert op jezelf te vertrouwen, want je bent het waard! Gun jezelf dit cadeau en geef je op!

### Praktische informatie:

- **Doelgroep:** mannen en vrouwen
- **Waar:** omgeving Bellevaux (Frankrijk)
- **Vervoer:** vliegen (eigen kosten)/vervoer per bus (kosten gedeeld)
- **Berggids:** Arno de Jong (<https://alpadventures.com/>)
- Voor actuele data en informatie zie agenda

Inclusief 3 overnachtingen in een berghut. 3x ontbijt, 3x lunch en 3x avondmaaltijd

Aanmelding / vragen: [info@hetmisbruikloket.nl](mailto:info@hetmisbruikloket.nl)