



### **Outdoor Leertherapie... Trekking in Marokko**

Leren over jezelf én in relatie tot de ander, uit je comfort-zone durven gaan, sportief en omgeven door een prachtig landschap, samen met een kleine groep én met een gids, kok en muilnier-drijvers die jou ook ontzorgen... wandelend in het Marokkaanse Atlasgebergte.

Lijkt het je wat om in een andere 'wereld', afgesloten van je alledaagse leven, je onder te dompelen in je eigen leerproces, dan zijn deze 8 bijzondere dagen misschien een mooi cadeau voor jezelf.

Er wordt vooral gewerkt vanuit een schema therapeutisch kader, zowel individueel als groepsgericht, waarin je zicht krijgt op je eigen modi en je manier van reageren in diverse, soms uitdagende situaties. Vanuit dit inzicht gaan we samen oefenen met het veranderen van patronen, met andere stijlen van reageren waarin je meer aandacht voor jezelf krijgt. Je leert je eigen gezonde kanten te versterken. Dat betekent dat we naast en tijdens het wandelen veel ervaringsgerichte oefeningen zullen doen...en dit allemaal in een prachtige omgeving.

### **Outdoor Leertherapie; voor wie?**

Deze leertherapie is geschikt voor GGZ-professionals die in opleiding zijn voor de registratie tot Psychotherapeut, Psychiater, Klinisch Psycholoog of Gedragstherapeut VGCT en kan meetellen voor 25 uur leertherapie. (Voor de VGCT dien je dan wel gekozen te hebben voor de 'oude stijl'. Voor psychotherapeuten, psychiaters en klinisch psychologen; overleg even met je hoofdopleider voor toestemming)

Verder moet je een goede fysieke conditie hebben en bereid zijn om je deze dagen digitaal af te sluiten van 'de rest van de wereld'.

### **Wanneer, wat en waar dan?**

Voor 2024 zijn er nog plekken beschikbaar voor de groep die vertrekt op 4 november en terugvliegt op 11 november 2024. In 2025 hebben we vooralsnog twee opties: van 14 februari t/m 22 februari 2025 (voorjaarsvakantie regio noord), of van 26 april t/m 4 mei 2025 (meivakantie alle regio's). De groep die 'het eerste vol is', maken we definitief.

We vliegen op Marrakesh en zullen na een eerste nacht daar, jullie meenemen naar een wandelgebied in het Atlas-gebergte. In een prachtig decor gaan we een 4-of 5-daagse trekking doen. Ons team, waaronder gids, kok, muil dieren (voor de bagage) en hun drijvers, reizen met ons mee en verzorgen het eten, kiezen de route en regelen dat bagage en tenten weer op de volgende slaapplek komen. Naast in tweepersoonstentjes tijdens de trekking, zullen we bij start en op het einde van de week slapen op mooie locaties...in een bed.

### **Kosten?**

Totale kosten zijn € 2865,- exclusief vliegticket.

### **Wie zijn wij?**

Gratiëlle Pelders:

Gratiëlle is psychotherapeut, GZ-psycholoog en supervisor van de VSt, ISST en de VGct. Ze heeft al vele jaren een eigen psychotherapiepraktijk in Nijmegen, samen met nog twee vrijgevestigde collega's, waar ze naast individuele (schema therapeutische) behandelingen binnen voornamelijk de specialistische GGZ ook supervisies en leertherapietrajecten geeft voor diverse opleidingsroutes.

Website: [www.psychotherapie024.nl](http://www.psychotherapie024.nl)

Jessie Vroom:

Jessie is als interimmanager werkzaam in de gezondheidszorg. Ze werkt vooral in teams waarbij ze in korte tijd samen met hen een intensief pad bewandelt om te komen tot (organisatorische) veranderingen. Het samen onderweg zijn naar 'iets nieuws', mensen uitdagen om uit hun comfortzone te durven gaan zonder hun eigenheid te verliezen zijn belangrijke elementen die ook in haar wandelreizen de basis zijn. Reeds jaren organiseert ze naast haar interim-werk, groepsreizen in Marokko en heeft ze een professioneel Marokkaans team om haar heen verzameld die samen met haar van iedere reis weer een unieke ervaring maken.

Website: [www.metjessienaarmarokko.nl](http://www.metjessienaarmarokko.nl)

Instagram: [Instagram](#)

### **Wil je mee en/of heb je vragen?**

Mail naar [G.pelders@psychotherapie024.nl](mailto:G.pelders@psychotherapie024.nl)

Wacht niet te lang met aanmelden, er kunnen maar 6 mensen per groep mee. Voor definitieve toezegging van deelname zal er een kennismakings- en intakegesprek worden afgesproken zodat jij en wij kunnen inschatten of dit een passend aanbod voor je is.