



Jayda CC

Jeugd en Gezin

Kortdurende krachtgerichte behandeling

Door middel van ACT met een systemische blik



Scan de QR-code
voor meer informatie
& onze website



Verbinden, versterken en veranderen:
dat doen we samen

Behandeling bij Jayda



Je hoeft het niet alleen te doen

Soms lijkt het alsof niemand je écht begrijpt. Je zit vast in je hoofd, loopt telkens tegen dezelfde dingen aan, of voelt je gewoon... leeg. Wat het ook is, bij Jayda snappen we hoe ingewikkeld het leven kan voelen. En we luisteren echt – zonder oordeel.

Jij staat centraal

Bij Jayda draait het niet om een standaard praatje. Wij willen weten wie jij bent, wat jij voelt en wat jij nodig hebt. We helpen je om patronen te herkennen die je tegenhouden en gaan samen aan de slag om die te doorbreken. Op jouw tempo, op jouw manier.

Behandeling.. dat klinkt ingewikkeld, maar helpt je juist simpel verder

Misschien heb je al van alles geprobeerd. Of wil je het eigenlijk liever wegduwen. Toch kunnen dingen veranderen. Met Acceptance & Commitment Therapie (ACT) zoeken we samen uit waar jouw gedachtes en gevoelens vandaan komen. We bouwen stap voor stap aan nieuwe manieren van denken en doen, die jou sterker maken.

Je bent niet je verleden

Wat je hebt meegemaakt bepaalt niet wie je bent. Jij hebt de kracht om te groeien, en wij helpen je daarbij. Onze hulpverleners zijn begripvol en professioneel. We staan naast je, ook als het moeilijk is. Je hoeft niet perfect te zijn om te beginnen – je hoeft alleen te durven starten.

Jayda is er voor jou

Of je nou boos bent, verdrietig, verward of gewoon even niet weet wat je voelt – bij Jayda is er ruimte voor alles wat jij meebrengt. Samen kijken we hoe we jouw leven weer lichter en vrijer kunnen maken. Meer informatie is op onze website te vinden.

Je hoeft er niet alleen voor te staan!
Je mag ons ook altijd even bellen



 **06-18223236**

 **info@jayda-cc.nl**