

Uitnodiging infosessie "Depressie en burn-out"

Dinsdag 25 september 2012
Congrescentrum TER ELST, Edegem
aanvang 19u30

thema :

Omgaan met stress, depressie, angst en burn-out

Dr. Paul Koeck, geneesheer-psychotherapeut, MijnKwartier.be

Dr. Apr. Geert Vergote, gastprofessor Farmacologie en
Immunologie

Kan **online zelfhulp** ook voor u iets betekenen?
Zijn **omega-3** vetzuren zinvol?



GRATIS TOEGANG
Iedereen welkom (Inschrijving is verplicht)

Hoe gaat u om met depressieve gevoelens? Bij uzelf of bij anderen.
Een dieetaanpassing met omega-3 kost weinig moeite, maar werkt het ook?
En zijn alle omega-3 supplementen gelijk?
Of wat dacht u van een online zelfhulpprogramma?
Ook laagdrempelig, niet? Beide thema's zijn gestoeld op wetenschappelijke bevindingen en worden in deze avondsessie uitgebreid toegelicht.
Ook u bent van harte welkom om deze informatieve avond bij te wonen.

Wanneer	Dinsdag 25 september 2012 om 19u30
Waar	Congrescentrum TER ELST Kattenbroek 1, 2650 Edegem
Voor wie	Elke geïnteresseerde is welkom (Inschrijving is verplicht)
Programma	
19.30u	Ontvangst
20.00u-21.00u	Positieve ervaringen met MijnKwartier.be, een zelfhulpprogramma dat mensen met depressie en burn-out via internet begeleidt Dr. Paul Koeck, geneesheer-psychotherapeut, MijnKwartier.be
21.00u-21u30u	Pauze met gezonde hapjes en verfrissingen
21.30u-22.30u	Omega-3 vetzuren bij depressie, de soort bepaalt het effect. Dr. Apr. Geert Vergote, gastprofessor Farmacologie en Immunologie

Inschrijving infosessie

Depressie en burn-out

Edegem: dinsdag 25 september 2012 - Congrescentrum TER ELST

Gelieve uw inschrijving voor 15/09/2012 te bevestigen aan Minami Nutrition Health:

Bel naar 03 458 79 54 of 0472 70 19 96
of fax 03 457 12 59, mail kristien.lauwers@minami-nutrition.com
onderstaande inschrijfstrook ingevuld naar Minami Nutrition Health:

Naam : _____
Voornaam : _____
Postcode : _____
Gemeente : _____
Tel. : _____
E-mail : _____
Aantal personen : _____
Handtekening :

(Erkenning tot accreditering)