

**KU LEUVEN**



# **TRAINERSOPLEIDING BOOST YOUR MIND**

Leuven Mindfulness Centre

April - juni 2022  
Leuven

PPW  
**continuo**  
PERMANENTE VORMING

FACULTEIT PSYCHOLOGIE EN  
PEDAGOGISCHE WETENSCHAPPEN

## Trainersopleiding Boost Your Mind

In deze zesdaagse vorming maak je kennis met Boost Your Mind, een trainingsprogramma gebaseerd op mindfulness en ontwikkeld voor jongeren tussen 14 en 24 jaar. Het Leuven Mindfulness Centre gebruikt het programma in diverse onderzoeksprojecten en initiatieven. Zo werd het onder meer toegepast in secundaire scholen, bij jongeren met chronische aandoeningen en voor niet-begeleide minderjarige vluchtelingen.

In deze opleiding leren Inge De Leeuw en Katleen Van der Gucht je de basis van het programma en staan ze stil bij de diverse formats (online, face-to-face, via app, circulair...) waarin het programma kan ingezet worden. De opleiding is geschikt voor mensen die minimum een 8 weken basistraining mindfulness gevolgd hebben (MBSR of MBCT) en die werken met jongeren tussen 14 en 24 jaar.

### Docenten



*Inge De Leeuw*

Inge De Leeuw is klinisch psycholoog en professioneel mindfulness trainer. Zij heeft reeds meer dan 20 jaar ervaring met het geven van mindfulness aan kinderen, jongeren en volwassenen en dit zowel in een klinische setting als in scholen. Zij is als trainer verbonden aan het Leuven Mindfulness Centre.



*Katleen Van der Gucht*

Katleen Van der Gucht is directeur en medeoprichter van het Leuven Mindfulness Centre. In 2017 promoveerde ze met haar onderzoek op mindfulness. Zij coördineert diverse onderzoeksprojecten en publiceerde reeds verschillende artikels over de effectiviteit en werkingsmechanismen van op mindfulness gebaseerde interventies.

Het Leuven Mindfulness Centre stimuleert innovatief en hoogwaardig wetenschappelijk onderzoek naar mindfulness en ontwikkelt op mindfulness gebaseerde interventies voor

diverse contexten en doelgroepen. Het LMC-onderzoek wordt gefinancierd door middel van subsidies en donaties. Overweeg zeker om te doneren. Voor meer info bezoek de website.



[www.ppw.kuleuven.be/leuven-mindfulness-centre](http://www.ppw.kuleuven.be/leuven-mindfulness-centre)



## PRAKTISCH

- **Deelnemers:** professionals die werken met jongeren (14-24 jaar) én minstens een 8 weken basistraining mindfulness (MBSR/MBCT) hebben gevolgd
- **Data:** 6 vrijdagen van 13u-16u (29/4, 6/5, 13/5, 27/5, 3/6, 10/6)
- **Locatie:** KU Leuven Campus Sociale wetenschappen - Parkstraat 45, 3000 Leuven
- **Kostprijs:** 450 euro (betaling via KMO-portefeuille mogelijk)
- **Inschrijving:** ten laatste 17 april 2022



[www.ppwcontinuo.be/boost-your-mind](http://www.ppwcontinuo.be/boost-your-mind)

## CONTACTGEGEVENS

### PPW Continuo - Permanente vorming

Dekenstraat 2 - bus 3702

Van Den Heuvelinstituut (VHI) 00.49

3000 Leuven

[ppw.continuo@kuleuven.be](mailto:ppw.continuo@kuleuven.be)

[www.ppwcontinuo.be](http://www.ppwcontinuo.be)

**PPW**  
**continuo**   
**PERMANENTE VORMING**

**KU LEUVEN**  
PPW CONTINUO  
Dekenstraat 2 - bus 3702  
3000 LEUVEN, BELGIË  
ppw.continuo@kuleuven.be  
www.ppwcontinuo.be

