

Houd me vast

Partner-relatie training voor ouders van kinderen van 0-6 jaar

Een kindje krijgen is een van de mooiste gebeurtenissen in je leven. Maar deze bijzondere levensfase brengt ook veel verandering met zich mee. Gebroken nachten, irritaties en heel wat meer ballen in de lucht houden, samen maken dat jullie elkaar even kwijt raken. Dat is heel normaal – bijna alle ouders merken dat hun relatie verandert na de komst van een kindje.

Tijdens de Houd me Vast-training ontdek je hoe jullie samen sterker uit deze periode kunnen komen. Iedere bijeenkomst wordt gestart met een gezamenlijke uitleg en daarna ga je samen met je partner in een eigen ruimte aan de slag met oefeningen. Hierin leer je elkaar opnieuw begrijpen, negatieve patronen te stoppen en je onderliggende emoties en behoeften te herkennen en uit te spreken naar elkaar. Zo ontstaat er meer rust, warmte en vertrouwen – een stevig fundament voor jullie relatie én gezin.

Jullie hoeven persoonlijke uitdagingen of privé informatie niet te delen met de groep, voor de persoonlijke gesprekken gaan jullie naar een eigen kamer in het pand.



Praktische informatie

8 bijeenkomsten op
vrijdagen van 9-11u

Locatie: Spoorlaan 10A in
Bilthoven

Kosten: €600 per stel*

Data: 24 april, 1 mei, 8 mei, 22
mei, 29 mei, 19 juni, 26 juni, 3
juli 2026

Vragen? nest@twigclinics.com

Er is plek voor max. 6 stellen

* Training kan in sommige
gevallen vergoed worden.