



Tackle your Tics

Een intensieve tic-training

Iedere week heen-en-weer naar de therapeut? En thuis in je eentje veel oefenen om meer controle te krijgen over je tics? Best pittig! Daarom is er nu de intensieve tic-training. Daarbij krijg je samen met andere jongeren in een paar dagen heel veel therapie. Deze training heet: Tackle your Tics. Speciaal voor jongeren van 9 t/m 17 jaar die last hebben van tics en er graag wat aan willen doen.

Tackle your Tics

Wat ga je doen?

De training duurt vier dagen plus een terugkommiddag. In een kleine groep van jongeren met tics ga je samen aan de slag met: gedragstherapie, oefenen met een trainingsapp, uitleg over tics, leren om op een positieve manier om te gaan met tics, en ontspannende activiteiten. Voor je ouders zijn er ook bijeenkomsten.

Meer weten of aanmelden?

Kijk op tourette.nl/tackle-your-tics of neem contact op met Annet Heijerman, onderzoeker: 06 - 363 422 41 of a.p.heijerman@amsterdamumc.nl.

Onderzoek

Tackle your Tics is een nieuw behandelprogramma. Experts uit verschillende organisaties onderzoeken of het helpt om jongeren met tics beter te behandelen. Aan Tackle your Tics doen mee:

