

Omgaan met emoties en stress

"Leuk gebracht in een ontspannen sfeer"

Voelt het soms alsof je weinig vat hebt op je emoties?
Onderdruk je soms je gevoelens of krop je je gevoelens op?
Ben je soms verward over wat je voelt?
Wil je uitleg en tips over hoe je hiermee aan de slag kan?
Je bent welkom voor onze groepsreeks!

Wat?

5 sessies met maximum 10
deelnemers per groep

lokaal dienstencentrum Silsburg
Herentalsebaan 597, 2100 Deurne

Waar?

Wanneer?

donderdag 12, 19 en 26 september
3 en 10 oktober 2024 van 9u00 tot 10u30

Je betaalt 12,50 euro voor de
volledige reeks van 5 sessies

Prijs?

Contacteer Ann via info@annboschmans.be of op 0475/81.46.38
Na inschrijving ontvang je een factuur voor de volledige reeks.
Je inschrijving is definitief na betaling.