

# Rust in je hoofd

ELP-CURSUS GEGEVEN DOOR GAELLE DHOOGHE,  
KLINISCH PSYCHOLOOG EN  
GEDRAGSTHERAPEUT

Voor personen (+18j) die last hebben van :

- angst- en piekergedachten
- inslaapproblemen
- neerslachtigheid
- stress

Wanneer: Deze reeks gaat door op vrijdag:

19/4, 3/5, 17/5, 31/5 en 14/6

Groep 1: 9u30 en groep 2: 11u30

Kostprijs: 12,5 euro (voor de hele reeks)

Voorzien materiaal: Een werkboek

Waar: De chalet, Lintsesteenweg 108, Hove  
(naast voetbal Hove Sport)

Aantal deelnemers: max 12, inschrijving loopt tem: 18/4

INSCHRIJVEN VIA:  
[WWW.GAELLEDHOOGHE.BE/CURSUS-RUSTINJEHOOFD/](http://WWW.GAELLEDHOOGHE.BE/CURSUS-RUSTINJEHOOFD/)