

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 8
deelnemers per groep

lokaal dienstencentrum De Peerle,
Stationsstraat 17-19 2570 Duffel

Waar?

Wanneer?

donderdag 8, 15 en 22 mei en
5 en 12 juni 2025
van 11u00 tot 12u30

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

Prijs?



Vul je gegevens in via de
QRcode en we bellen je voor
het plannen van een
instagesprek. Of neem zelf
contact op via
info@annboschmans.be of
0475 81 46 38