

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
Herentalsebaan 597 2100 Deurne

Waar?

Wanneer?

dinsdagen 27 mei en
3,10,17 en 24 juni 2025
van 13u00 tot 14u30

-24 jaar: gratis
+24 jaar: €12,50
voor volledige 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