

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 klop 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 Plek,
Wilsonstraat 28 2860 Sint-Katelijne-Waver

Waar?

Wanneer?

donderdag 5, 12, 19 en 26 maart
en 2 april 2026
van 11u00 tot 12u30

-24 jaar: gratis
+24 jaar: €12,50
voor volledige reeks van 5 sessies

Prijs?



info@annboschmans.be
0475 814 638
Na inschrijving ontvang je
een factuur voor de
volledige reeks.
Je inschrijving is definitief
na betaling.