

WORKSHOP

omgaan met moeilijke momenten



Op sommige dagen vallen alle puzzelstukjes in elkaar en lijkt alles 'te kloppen'. Heerlijk!

Op andere dagen lijken diezelfde puzzelstukjes maar niet in elkaar te passen. Dat brengt vaak vervelende gevoelens en gedachten met zich mee.

Aangezien we niet om deze moeilijke momenten en perioden heen kunnen, is het belangrijk dat we leren hoe we ermee kunnen omgaan.

Daarmee gaan we aan de slag tijdens de gratis workshop "Omgaan met moeilijke momenten".

Kies één van volgende momenten ...

- Woensdag 2 oktober (19u-21u): LDC de Peerle - Duffel
- Vrijdag 4 oktober (17u-19u): Buurtpunt - Nijlen
- Woensdag 9 oktober (10u-12u): LDC Het Schoppeke - Lier
- Dinsdag 15 oktober (13u30 – 15u30): Bibliotheek Berlaar

en schrijf je in via ...

www.eerstelijnszone.be/10-daagse-van-de-geestelijke-gezondheid