

Angst als schaduw

Stap voor stap naar verlichting

Heb je soms het gevoel dat angst als een schaduw over jou en je dagelijks leven hangt?

Wil je graag mensen ontmoeten in groep die dat gevoel (her)kennen?

Wat mag je verwachten?

Een veilige en ondersteunende omgeving waarin je gevoelens en ervaringen kan delen.

We werken met oefeningen om te ontdekken welke impact angst heeft op jouw leven, hoe je met angst kan omgaan en hoe je je veerkracht kan versterken.



Onder begeleiding van Tahnee Vlamincx en Alexandra Khrabraya
Klinisch psychologen - psychotherapeuten

Wanneer?

7/5, 21/5, 4/6 en 18/6/2024
van 19.30u tot 21.30u

Waar?

Huis Van Het Kind
Theo De Beckerstraat 17
3200 Aarschot

Prijs?

10 euro voor de hele groepsreeks

Doe je graag mee?

Tahnee: tahnee@gloed-samen.be of
0476/23.68.08

Alexandra: khrabraya@hotmail.com of
0494/16.48.90