

Mentaal welzijn vat op je leven

Hoe gaan we om met tegenslagen? Wat hebben wij nodig om ons goed te voelen? Wat geeft ons het gevoel dat we vat hebben op ons leven? Hoe vullen wij dit in ons dagdagelijks leven in? Een cursus over verbondenheid, hoop, zingeving, identiteit en empowerment.



3-delige lessenreeks

4, 11 en 18 maart 2025 van 9u30 tot 12u00

Kostprijs: 15 euro

*Lesgevers: Stefani Smits, Klinisch psychologe Zorggroep Myna
Sonja Rousselle, ervaringsdeskundige HA Limburg*

AC TreAde
Naamsesteenweg 42
3800 Sint-Truiden



Inschrijven:

www.boothuislimburg.be/herstelacademielimburg of 0498/38 12 39

Een samenwerking van HerstelAcademie Limburg met