HOE OVERLEEF IK MEZELF?

Ben jij tussen 14-18 jaar?

Heb je last van?

Impulsiviteit en/of schadelijk gedrag

Heftige of snel wisselende emoties



Vastzitten in je hoofd

Problemen met anderen

EN WIL JE GRAAG MEER

- → Skills
- → Grip op emoties
- → Inzicht in eigen patronen
- → Manieren om met stress en spanning om te gaan
- → Impulscontrole
- → Omgaan met relaties

MEER INFO

12-weekse training
Woensdag van 14u-17u
Zoersel