

Spring in je vel!

Ouderbegeleiding stressbeheersing



- Wat:** Twee groepsmomenten met een interactieve lezing:
- Lezing 1: Stresssignalen en hun oorsprong
 - Lezing 2: Concrete tips en tricks om negatieve stress te beperken tot een hanteerbaar niveau.

Huiswerkopdrachten om de theorie thuis te kunnen vertalen naar uw zoon en/of dochter. Deze opdrachten worden besproken in individuele gesprekken.

Wie: Vicky Keibeck (psychologe en opvoedingsconsulente)

Wanneer: Groepssessies op maandag 14 mei en maandag 11 juni 2018 van 19u30 tot 21u30.

Twee keer individueel gesprek te plannen in samenspraak (zowel overdag als 's avonds mogelijk).

Waar: Groepspraktijk De Duizendpoot: Overdemerstraat 10 in Kuringen

Kostprijs: 150 euro voor 1 ouder/ 200 euro voor beide ouders

- groepssessies/gesprekken, hand-outs, huiswerk, literatuurlijst
- terugbetaling voor de individuele gesprekken via de mutualiteit

Inschrijven: an@duizendpoot-hasselt.be of 0478 56 49 46

