

Kook je sterk!

De bibbers tijdens een spreekbeurt? Met je mond vol tanden? Twijfelen aan jezelf? Faalangstreductietrainingen helpen niet?

Kom koken en leer hoe jij sterker in je schoenen staat!

Voor wie?

Voor iedereen die last van faalangst heeft, (te) verlegen is of krachtiger en assertiever wil worden.

Waarom?

De training is extra laagdrempelig door de omgeving. Je zult ervaren dat het ontspannen en leuk kan zijn om met jezelf aan de slag te gaan.

Hoe?

Vijf bijeenkomsten van 16.30h tot 19.00h, in een groepje van maximaal 8 jongeren (12 tot 16 jaar). Aanmelden kan via de website, maar ook telefonisch.

Waar?

Stichting Buitenzorg in Veenendaal.

Kosten?

€179,- inclusief vijf heerlijke diners ☺.

Nieuwsgierig?

Bel of mail en vraag vrijblijvend een intakegesprek aan. Bij voldoende aanmelding start de kooktraining in april.



Bureau Lumen CT- Rolien Dijksterhuis

www.lumencoaching.nl

06 494 232 56