



Workshops 2022

'Leefstijl is gedrag'

- 1** MAANDAG 9 MEI 19.00 - 21.00
Krijg inzicht in jouw belemmeringen die een gezonde leefstijl in de weg staan.
- 2** MAANDAG 30 MEI 19.00 - 21.00
Verhelderen van waarden; onderzoeken wat voor jou écht belangrijk is.
- 3** MAANDAG 27 JUNI 19.00 - 21.00
Toegewijd handelen; hoe bedenk je acties die écht voor jou werken.
- 4** MAANDAG 11 JULI 19.00 - 21.00
Het trainen van mentale flexibiliteit met het VAT van zelfwaardering.

LOCATIE

Dé Plek Eindhoven
Noord Brabantlaan 303
5657 GB Eindhoven

KOSTEN

Deelname aan de workshops kost 120,- euro. Inclusief koffie/thee en werkboek met oefeningen.

Meld je aan per mail:
janneke@focusopleefstijl.nl

