

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

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

MEER INFO

