

GELUK IN BALANS



De Kunst van een tevreden leven

Katia Pelleriaux, Klinisch psychologe-Psychotherapeut,
Katty Debremaeker, Klinisch psychologe- Psychotherapeut

Ontdek hoe de geluksdriehoek je kan helpen in je zoektocht naar een tevreden leven. Tijdens de sessies verkennen we hoe het hebben van een sterk sociaal netwerk je veerkracht verhoogt en je een gevoel van steun en verbondenheid geeft. Je bouwt je zelfkennis op: begrijpen wat je energie geeft, waar je trots op bent en wat je drijft. We staan ook stil bij het omgaan met tegenslagen en hoe je zowel positieve als minder positieve gevoelens een plek kunt geven in je leven.

Doe mee en bouw stap voor stap aan jouw geluk!



Data
3 maandagen
van 14.00-16.00
10/2/2025,
17/2/2025 &
24/2/2025

Info en inschrijvingen: Katia.pelleriaux@pnmcoaching.be
P&M Coaching & Therapie: Schransdreef 81 - 3090 Overijse
www.pnmcoaching.be Deelnamedprijs traject: 7,5 euro