



bye bye burn-out, hello energy!

Voel je je uitgeput, constant moe of ervaar je een afname in motivatie voor werk en dagelijkse activiteiten? Dit zijn signalen van burn-out. Tijd om in te grijpen!

Via een groepsaanbod van 7 sessies (en 1 extra terugkomdag) leer je jouw eigen alarmsignalen (h)erkennen en krijg je praktische tools om stress de baas te blijven. Dit aanbod helpt jou bij het herstellen van je energieniveau, het bewaken van je grenzen en het creëren van een gezonde work-life balans.

Na dit traject sta je sterker in je schoenen en krijg je grip op stress.



.hoe hoog is jouw stress-niveau?

Doe nu de gratis zelftest.

.voor wie?

Iedereen die op zoek is naar een positieve verandering in de work-life balans, evenals nood heeft aan hulpmiddelen om beter om te gaan met stress.

.kostprijs

- intakegesprek: verplicht
- 20 euro (2,5 euro per sessie)
- werkboek: 25 euro

.info & inschrijving

via website www.Bcome.pro

- Bieke Lefevere
0477 33 34 00
info@Bcome.pro
- Sophie Delhaye
0477 41 40 32
sophie@unit7consulting.be

.sessiegevers

- Bieke Lefevere
neuropsychologe
- Sophie Delhaye
klinisch psychologe

.data

Ontdek
de nieuwe data:
www.Bcome.pro

.locatie

B.come - groepspraktijk
Kraanstraat 80
1703 Schepdaal



INDIEN EEN GROEPSAANBOD NIETS VOOR JOU IS:

KIES DAN VOOR DE ZELFSTANDIGE ONLINE-TRAJECTEN OF INDIVIDUELE SESSIES.