



START JE DANKBAARHEIDSDAGBOEK

THEMA: Gelukkig zijn

AANTAL TAALICONEN: 2

WERKVORM: Workshop

BEGELEIDER: Evelien Heeren

MIN/MAX AANTAL DEELNEMERS: 15/18

AANTAL SESSIES/DUUR SESSIE: 1 keer 2,5 uur

PRIJS SAMENWERKING (PER DEELNEMER):

Standaardprijs: €24

Kortingsprijs: €20

Verhoogde tegemoetkoming: €4,8

PRIJS UITKOOP:

€355 + km-vergoeding

VERANTWOORDELIJKE VORMINGSWERKER:

Karolien Nouwen

INHOUD:

Lief zijn voor een ander leren we al op jonge leeftijd. Maar lief zijn voor jezelf wordt vaak vergeten.

Een dankbaarheidsdagboek helpt je om je eigen beste vriend te worden.

In deze workshop leert Evelien je om oog te hebben voor dagelijkse geluks- en zelfzorgmomenten.

Daarna maak je je dagboek al schrijvend en tekenend klaar om deze momenten vast te leggen.