



Gezin in evenwicht

DONDERDAG 22 APRIL 2021 om 19.30 uur

Online vorming - Deelname is gratis
Inschrijven via huisvanhetkind@maldegem.be

In evenwicht zijn met jezelf, je werk en je gezin: een hele uitdaging voor jonge ouders van vandaag. 'Te druk', 'te veel', 'te weinig'... klinkt heel bekend? Als jonge ouder moet je op zoek naar een nieuw evenwicht in je leven.

Zijn de zaken waar je tijd aan geeft ook die waar je prioriteit aan wil geven?

Gedragstherapeute An Coetsiers laat je nadenken over je eigen waarden en doelen. Bereik jij ze genoeg? Welke belemmerende gedachten en gevoelens kun je ervaren en hoe ga je hiermee om? Je wordt uitgedaagd om met hele kleine ingrepen je eigen leven meer in balans te brengen.



Gemeentebestuur Maldegem: Marktstraat 7, 9990 Maldegem

050 72 89 30 | college@maldegem.be | www.maldegem.be

Maldegem leeft, werkt en deelt uw zorg.

Gezin in evenwicht

DONDERDAG 22 APRIL 2021 om 19.30 uur

Online vorming - Deelname is gratis
Inschrijven via huisvanhetkind@maldegem.be

In evenwicht zijn met jezelf, je werk en je gezin: een hele uitdaging voor jonge ouders van vandaag. 'Te druk', 'te veel', 'te weinig'... klinkt heel bekend? Als jonge ouder moet je op zoek naar een nieuw evenwicht in je leven.

Zijn de zaken waar je tijd aan geeft ook die waar je prioriteit aan wil geven?

Gedragstherapeute An Coetsiers laat je nadenken over je eigen waarden en doelen. Bereik jij ze genoeg? Welke belemmerende gedachten en gevoelens kun je ervaren en hoe ga je hiermee om? Je wordt uitgedaagd om met hele kleine ingrepen je eigen leven meer in balans te brengen.



Gemeentebestuur Maldegem: Marktstraat 7, 9990 Maldegem

050 72 89 30 | college@maldegem.be | www.maldegem.be

Maldegem leeft, werkt en deelt uw zorg.