



PERSEPHONE VZW

Persephone, vereniging van vrouwen met een handicap of een chronische invaliderende ziekte

Workshop 'Constructief omgaan met angst'

Angst behoedt je om gevaarlijke dingen te doen. Dat is positief. Maar je angst kan het probleem ook veel groter maken dan het is. Angst kan je verlammen. Of je bent bang van iets waar je toch niets aan kan veranderen. Dan wil je je angst het hoofd leren bieden, rust vinden in jezelf, je meer bewust worden van je eigen kracht.

Herken je jezelf hierin en behoor je tot ons doelpubliek, t.t.z. ben je een vrouw met een handicap of een chronische invaliderende ziekte? Dan is deze workshop iets voor jou! Achteraf krijg je een samenvatting met tips.

Hij wordt begeleid door Natalia Janssens, gespreks- en muziektherapeute. Door haar chronische ziekte is ze ook door het leven geschoold.

**Inschrijven is verplicht en kan tot
maandag 11 november om 12u
Maximum 10 deelnemers**



www.persephonevzw.org
klik door naar agenda

meer info of inschrijven:
✉ info@persephonevzw.org
☎ 0472/40.70.06



“
**Wij kunnen
verbazend veel!**



**online via Teams en hybride op onze zetel
Solvynsstraat 30, 2018 Antwerpen**



**zaterdag 16 november
van 10u tot 15u met pauze van 12u tot 13u**



Basisprijs: 10 euro

**Prijs voor leden van Persephone: 6 euro
te storten op BE82 8918 7416 9868 met
vermelding '16/11 online' of '16/11 op zetel'**

Praktisch

Kom je naar onze zetel, breng dan je lunch mee.

Drank is voorzien.

**Neem je online deel, kies dan een plek apart van
eventuele huisgenoten (omwille van jouw
privacy en die van de andere deelnemers)**