

Beat Burnout - Menen - jan/feb 2026

Type

Groepsaanbod

Startdatum

21/01/2026 - 11/02/2026

Locatie

Grote Markt 10, 8930 Menen, Belgium (De Piramide)

Door

Sofie Nuytten

Tjorven Himpe

Praktische info

Datums

21 januari 2026 - 16:00 - 17:30

28 januari 2026 - 16:00 - 17:30

04 februari 2026 - 16:00 - 17:30

11 februari 2026 - 16:00 - 17:30

Prijs

Prijs? €2,50 per sessie

Aantal sessies

4

Duur sessies

90

Voor wie

Volwassenen (+18 jaar)

Mensen die het moeilijk vinden om hun energie te vinden, hun energie te doseren en mensen die via informatie/tips/technieken hierin bewuste keuzes willen maken.

Mensen die graag info willen over burn-out.

Hulp bij

Stress, Werkgerelateerde problemen, Zelfzorg

Bereikbaarheid

Rolstoel toegankelijk, Gratis parking

Inhoud

Wat is burn-out?

Hoe kan ik me wapenen?

Praktische tips en tricks

Less stress - more energy - power mindset

Contact en inschrijven

E-mailadres

sofie.nuytten@lageweg.be

Meer info op elpen.be

https://www.elpen.be/initiatieven/beat-burnout-menen-janfeb-2026