

Binnenstebuiten

Type

Lezing/workshop

Startdatum

09/10/2025

Locatie

Gemeenteplein 1, 8780 Oostrozebeke, Belgium (OC Mandelroos Oostrozebeke)

Door

Ine D'haene

Bieke Coucke (Externe partner)

Praktische info

Datums

09 oktober 2025 - 19:00 - 22:00

Prijs

Gratis voor iedereen

Aantal sessies

1

Voor wie

Jongeren en hun ouders

Hulp bij

Zelfzorg

Bereikbaarheid

Rolstoel toegankelijk, Gratis parking, Met de bus

Inhoud

Beste jongeren, ouders en opvoeders,

Mentale gezondheid is vandaag belangrijker dan ooit. Jongeren worden geconfronteerd met heel wat verwachtingen, keuzes en uitdagingen. Het is dan ook essentieel dat zij – en hun omgeving – goed weten waar ze terechtkunnen voor

ondersteuning én hoe ze hun eigen veerkracht kunnen versterken.

Daarom nodigen wij jullie van harte uit voor een lezing rond **mentale draagkracht bij jongeren** en een kennismaking met de **sociale kaart van Oostrozebeke**.

Tijdens deze avond krijg je als jongere of ouder:

- Inzicht in wat mentale draagkracht precies betekent
- Praktische tips om veerkracht te versterken in het dagelijks leven
- Een overzicht van de lokale hulp- en ondersteuningsmogelijkheden in Oostrozebeke en omgeving
- De kans om vragen te stellen en in gesprek te gaan

Deze lezing is bedoeld voor **jongeren vanaf 12 jaar** en hun ouders, grootouders of begeleiders. Iedereen is welkom – deelname is gratis, maar **inschrijven is vrijblijvend** (ine.psycho@hotmail.com), maar aangewezen als je graag een goodiebag ontvangt.

Contact en inschrijven

E-mailadres

ine.psycho@hotmail.com

Meer info op elpen.be

https://www.elpen.be/initiatieven/binnenstebuiten