

Sterker in jezelf

Type

Groepsaanbod

Startdatum

26/11/2026 - 17/12/2026

Locatie

Grote Markt 21, 8870 Izegem, Belgium (bibliotheek izegem plantijnzaal)

Door

Michelle Deceuninck

Elien Nollet

Praktische info

Datums

26 november 2026 - 15:00 - 16:30

03 december 2026 - 15:00 - 16:30

10 december 2026 - 15:00 - 16:30

17 december 2026 - 15:00 - 16:30

Prijs

Prijs voor groepsaanbod:

0-23 jaar = kosteloos

+23 jaar= 2,5 per sessie

Aantal sessies

4

Duur sessies

90

Voor wie

Volwassenen tussen 23 en 65 jaar, die willen bouwen aan een positief zelfbeeld.

Hulp bij

Identiteit, Zelfbeeld, Stress

Bereikbaarheid

Rolstoel toegankelijk, Betaald parkeren aan straat

Inhoud

Zit jij soms vast in twijfels over jezelf? Heb je moeite om te vertrouwen in je eigen kunnen? Dan is deze reeks sessies iets voor jou! In vier inspirerende sessies gaan we samen op zoek naar de redenen achter een laag zelfbeeld en weinig zelfvertrouwen. Aan de hand van praktische oefeningen en waardevolle inzichten werken we stap voor stap aan het versterken van je zelfvertrouwen. Geef jezelf de ruimte om te groeien, ontdek je kracht en bouw aan een positieve relatie met jezelf.

Contact en inschrijven

E-mailadres

michelle.deceuninck@outlook.com

Meer info op elpen.be

https://www.elpen.be/initiatieven/sterker-jezelf-3