

Adem je examenstress weg...

Type

Groepsaanbod

Startdatum

09/11/2026 - 23/11/2026

Locatie

Lepelstraat 1, 8840 Staden, Belgium (Oud gemeentehuis Oostnieuwkerke)

Door

Annelies Vanpeteghem

Isabel Degroote (Externe partner)

Praktische info

Datums

09 november 2026 - 18:30 - 20:00

16 november 2026 - 18:30 - 20:00

23 november 2026 - 18:30 - 20:00

Prijs

Prijs voor groepsaanbod:

0-23 jaar = gratis

+23 jaar= 2,5 per sessie

Prijs voor lezingen

Gratis voor iedereen

Aantal sessies

3

Duur sessies

90

Voor wie

Jongeren van het 1e-2e-3e middelbaar

In de zelfstandige praktijk voelde ik de voorbije jaren een grote nood aan de vraag - hoe ga je om met examenstress... Dit waren vaak individuele vragen, met dit groepsaanbod hopen we dat dit nog meer impact zal

hebben.

Hulp bij

Faalangst, Stress

Bereikbaarheid

Rolstoel toegankelijk, Gratis parking

Inhoud

Adem je examenstress weg...

In 3 laagdrempelige sessies proberen we op een actieve manier met jongeren aan de slag te gaan om meer rust te vinden in zich zelf en om meer te gaan geloven in hun eigen krachten om op die manier de periode van de examens met meer vertrouwen te starten.

Contact en inschrijven

E-mailadres

annelies.vanpeteghem@lichtbaken.be

Meer info op elpen.be

https://www.elpen.be/initiatieven/adem-je-examenstress-weg-0