

Opnieuw zin in morgen

Type

Lezing/workshop

Startdatum

18/01/2027

Locatie

Sint-Niklaasstraat 8, 8400 Oostende, Belgium (Avansa Oostende-Westhoek)

Door

Caroline Duyck

Kelly cockaert (Externe partner)

Praktische info

Datums

18 januari 2027 - 14:00 - 15:30

Prijs

Prijs voor groepsaanbod:

0-23 jaar = kosteloos

+23 jaar= 2,5 per sessie

Prijs voor lezingen

Kosteloos voor iedereen

Aantal sessies

1

Duur sessies

105

Voor wie

-cliënten die life-events doormaakten

-cliënten die een nieuwe levensfase ingaan (bv ouderen, pensioen, lege nest)

-cliënten die fysieke of psychische aandoening doormaakten (bv depressie)

Hulp bij

Traumaverwerking, Zelfzorg, Chronische pijn of vermoeidheid, Depressie, Echtscheiding, Eenzaamheid, Identiteit, Kanker (ondersteuning bij), Migratieachtergrond, Pesten, Psychosomatische klachten, Slachtofferhulp, Stress, Werkgerelateerde problemen, Zelfbeeld

Bereikbaarheid

Rolstoel toegankelijk, Met de bus, Betaald parkeren aan straat

Inhoud

Het leven kan ons stevig door elkaar schudden. Ben je even de richting in je leven kwijt? Vraag je je af wat de zin van alles is en leef je op automatische piloot?In deze lezing leer je wat een innerlijk kompas is en welk effect het heeft op jouw gemoed en jouw gedrag. Je leert dat moeilijke momenten jouw innerlijk kompas verstoren. Je gaat op zoek naar bronnen om dit innerlijk kompas te hernieuwen, naar zingeving, kortom naar die drive die het leven glans geeft. Je maakt kennis met inzichten en handvaten vanuit de positieve psychologie.

Contact en inschrijven

E-mailadres

duyckcaro@gmail.com

Inschrijven

https://www.safebase.be/aanbod

Meer info op elpen.be

https://www.elpen.be/initiatieven/opnieuw-zin-morgen