

“Met perfectionisme leven, zonder vast te lopen.”

Type

Lezing/workshop

Startdatum

25/05/2027

Locatie

Dorpsplein 4, 8851 Ardooie, Belgium (Praktijk Victoire - Dorpsplein 6, 8851 Koolskamp (Ardooie))

Door

Fien Van Symaeys

Camille Platteeuw

Praktische info

Datums

25 mei 2027 - 19:00 - 20:30

Prijs

Prijs voor groepsaanbod:

0-23 jaar = kosteloos

+23 jaar= 2,5 per sessie

Prijs voor lezingen

Kosteloos voor iedereen

Aantal sessies

1

Voor wie

(Jong-)volwassenen dit meer inzicht willen krijgen in hun perfectionisme en willen toewerken naar een mildere versie van zichzelf;

Hulp bij

Perfectionisme, Angstgevoelens, Piekeren, Stress, Uitstelgedrag, Zelfzorg

Bereikbaarheid

Rolstoel toegankelijk, Gratis parking, Met de bus

Inhoud

Veel mensen herkennen hoe perfectionisme zowel kan ondersteunen als belasten. In deze lezing kijken we samen naar wat perfectionisme is, hoe het zich kan uiten in het dagelijks leven en wat kan helpen om er met meer mildheid en flexibiliteit mee om te gaan. We geven psycho-educatie over perfectionisme in combinatie met tips en handvaten, zodat je er niet langer in vastloopt.

Contact en inschrijven

E-mailadres

fien@praktijkvictoire.be

Meer info op elpen.be

https://www.elpen.be/initiatieven/met-perfectionisme-leven-zonder-vast-te-lopen-0