

Overspannen?

Heb je last van stressgerelateerde klachten en zoek je concrete manieren om hiermee om te gaan? Schrijf je in voor deze groepssessies of bezoek onze website voor meer informatie.

Krijg handvaten rond hoe omgaan met stressgerelateerde klachten



Identificeer gepaste zelfzorg voor jou



Ontdek manieren om zelfzorg effectief toe te passen



Onderzoek welke overtuigingen je soms in de weg zitten

Adres?

Tumi Therapeutics
De Lobbert 6
3550 Heusden-Zolder

Wanneer?

maandagmiddag
12u30 tot 14u00

12 januari	2 maart
26 januari	9 maart
9 februari	16 maart
23 februari	30 maart

2026

**2.5€
per sessie**