

MIND YOUR MIND

maak jij het verschil?

Zie jij wanneer iemand zich niet goed voelt? Wil jij leren hoe je écht kunt helpen? In **Mind your Mind** leer je in 5 bijeenkomsten hoe je signalen herkent, het gesprek aangaat en een ander verder helpt.

Want jouw vriendschap kan het verschil maken.

Wat leer je?

- > Hoe je somberheid, angst, stress en andere problemen herkent
 - > Wat je kunt doen als iemand met deze problemen worstelt
 - > Hoe je goed voor jezelf blijft zorgen terwijl je er voor een ander bent

De data zijn: 21 en 29 oktober, en 6, 10 en 17 november
van 13:30 tot 15:10 uur

Doe mee – voor jezelf én voor elkaar!

Zit je in de bovenbouw
en wil je meer weten of je aanmelden?
Neem dan even contact op met

Mevr. Roos (cjs.roos@svopl.nl) of je mentor

