



STA-STERK
C O A C H I N G

Sta-STERK.nu
Training | Therapie | Coaching

Cursus weerbaar worden

www.sta-sterk.nu

Sta-STERK.nu



STAP VOOR STAP

- ✓ Terug naar jezelf
- ✓ Je grenzen leren voelen
- ✓ Je eigen kracht herkennen
- ✓ Verantwoordelijkheid nemen
- ✓ Leren keuzes maken

Sta-STERK.nu
Locatie Gezondheidscentrum Peoplecare.nu
Louis Eijssenweg 3, Herten
info@sta-sterk.nu | www.sta-sterk.nu
0642636444

Sta-STERK.nu



Enkele onderwerpen die aan bod komen zijn:

- Je eigen grens leren kennen en aangeven
- Ontdek en wordt wie je bent
- Werken aan je eigen Persoonlijk OntwikkelingsPlan
- Om leren gaan met grensoverschrijdend gedrag
- Opkomen voor jezelf
- Verantwoordelijkheid nemen voor je eigen gedrag
- Conflicten oplossen in plaats van uit de weg te gaan
- Leren doorbreken van patronen die je belemmeren

Sta-STERK.nu
Locatie Gezondheidscentrum Peoplecare.nu
Louis Eijssenweg 3, Herten
info@sta-sterk.nu | www.sta-sterk.nu
0642636444

Doelgroep:

Iedereen die weerbaar wil worden

Locatie: Gezondheidscentrum Peoplecare

Louis Eijssenweg 3, Herten

De kosten: €350,00 p.p.

De duur: Er zijn 5 bijeenkomsten van 2 uur

Cursus data: zie website

Tijdstip: 19:00-21:00 uur

Aantal deelnemers: 6-10 personen

Cursusleiders: Birgit Schmitz & Astrid Vaassen

Sta-STERK.nu

**Locatie Gezondheidscentrum
Peoplecare.nu**

Louis Eijssenweg 3, Herten

**info@sta-sterk.nu | www.sta-sterk.nu
0642636444**