

Groepstraining Balans&Herstel



Wat kun je verwachten?

Weten wat je waarden zijn.
Het beter kunnen omgaan met stress.
Leren wat jou ontspanning geeft.
Grenzen stellen.
Meer rust.

Tijdsinvestering

4x om de week
12/10/2026-23/11/2026
08:30-10:00

Geïnteresseerd?

Neem contact op met de POH GGZ van je huisartspraktijk

Huisartspraktijk Europaplein, Groeneweg en Heelsum.