



Start: 26 september 2024

Training emoties en veerkracht

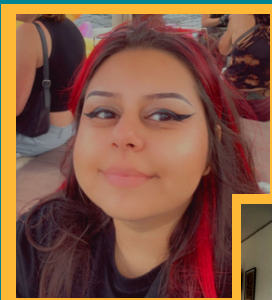


Deze training is voor mensen die emoties lastig vinden en veel in hun hoofd zitten. Tijdens onze training leer je **gevoelens** beter te (h)erkennen en ervaren. Ook leer je je gevoelens minder in de weg te laten zitten om je doelen te bereiken.

- **Startdatum 26 september 2024**
- **13.30 - 15.15 uur**
- **Speciaal voor deelnemers van het Leontienhuis**
- **Beperkt aantal plekken beschikbaar (6)**
- **Deelname is gratis**
- **6 sessies, 1 sessie per 2 weken**
- **Aanmelden is verplicht via **onze website****

Door Pollin en Gini

Pollin is sinds februari 2024 stagiaire bij Het Leontienhuis. Ze studeert Social Work, profiel GGZ aan Hogeschool Leiden. Ook is ze ervaringsdeskundige. Met kennis vanuit school, haar eigen ervaringen en haar passie, hoopt ze in de toekomst veel mensen te helpen.



Gini is begeleider op het creatief atelier van het Leontienhuis. Ze is kunstenaar. Emoties vormen een rode draad in haar werk. Gini was tot voor kort communicatie-adviseur en is opgeleid tot Algemeen Sociaal Wetenschapper.

