



Start: 17 september 2026

Training emoties en veerkracht

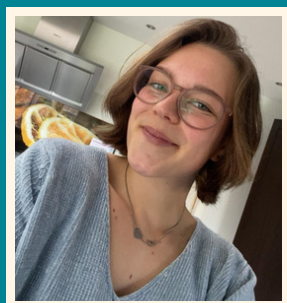
Deze training is voor mensen die emoties lastig vinden en veel in hun hoofd zitten. Tijdens onze training leer je **gevoelens** beter te (h)erkennen en ervaren. Ook leer je je gevoelens minder in de weg te laten zitten om je doelen te bereiken.

Wanneer?

- De startdatum is donderdag 17 september 2026
- **6 sessies**; 1 sessie per 2 weken, van 13:30 uur tot 15:15 uur

Extra informatie:

- De training wordt gegeven door Gini en Mare
- Deze training is speciaal voor deelnemers van het Leontienhuis
- Deelname is gratis
- Aanmelden is verplicht via **onze website**



Mare

Mare studeert Social Work, profiel LCZ, aan Hogeschool Inholland in Den Haag en is sinds februari 2026 stagiaire bij het Leontienhuis.

Daarnaast is zij ervaringsdeskundige en oud-deelnemer van het Leontienhuis. Mare wil graag mensen helpen aan de hand van haar eigen ervaringen en de kennis die zij tijdens haar opleiding opdoet.

Gini

Gini is begeleider geweest op het Creatief Atelier van het Leontienhuis. Zij is kunstenaar en emoties vormen een rode draad in haar werk. Daarnaast was Gini tot voor kort communicatieadviseur en is zij opgeleid tot algemeen sociaal wetenschapper.

