

InHuis



NIEUW, NIEUW, NIEUW CONTEXT KOMT BIJ U THUIS

In deze moderne tijd heeft elke vrouw het druk met allerlei zaken en taken zoals werk, opvoeden, huishouden. Vaak komt u niet toe aan een eigen leven. U voelt zich moe, somber, niet lekker in uw vel. Daarom organiseert Context InHuis bijeenkomsten met de volgende thema's:

- Hoe ga je om met stress,
- Hoe kan je negatieve gedachten omzetten naar positieve gedachten,
- Hoe zeg je nee,
- Hoe kom je voor jezelf op?

Wij komen 4 WEKEN LANG 1 keer per week naar u toe. Dat kan bij u thuis zijn, in het buurthuis, de moskee of het wijkcentrum. De bijeenkomsten duren ongeveer twee uur. De groepen bestaan uit minimaal 6 dames en maximaal 10 dames.

InHuis



NIEUW, NIEUW, NIEUW CONTEXT KOMT BIJ U THUIS

Ken je vrouwen (vriendinnen, buurvrouwen zussen, schoonzussen, nichten) die het leuk vinden van elkaar te leren en geïnteresseerd zijn in hoe je beter voor jezelf kunt zorgen? Neem dan contact met ons op. De deelname kost per keer 1 euro

voor meer informatie kunt u contact opnemen met :

Sevinç Bilici
Context, Centrum voor GGZ
Preventie
Twentestraat 26
3083 BD ROTTERDAM
T (010) 49 33 581
E-mail: s.bilici@context-ggzpreventie.nl