

### **3 Wandelingen naar meer energie voor jongeren (16-24)**

De dagen zijn langer, het zonnetje durft te schijnen, deuren staan open, net als de maatschappij die na een lange tijd van beperkingen en opgesloten zijn langzaam meer open gaat. Er zijn steeds meer mogelijkheden om er op uit te gaan. Het zouden allemaal redenen kunnen zijn om je goed te voelen!

*En toch voel jij je sip en lusteloos.....*

Ben je tussen de 16 en 24 jaar en herken jij je in lusteloze, sombere gevoelens, dan nodig ik je uit om samen met mij op pad te gaan. In beweging met mij, wandelend door de natuur, geholpen door prikkelende vragen en opdrachten kun je inzicht krijgen en vind je nieuwe richting naar energie.

#### **Opbrengst**

- groeiende positieve gedachtes
- overzicht op de richting
- meer rust en vertrouwen
- focus voor het nu
- meer zelfbewustzijn
- energie, energie en energie

#### **Voor wie**

Jongeren tussen de 16 en 24

#### **Wandelgebied**

In overleg spreken we een wandelgebied af in de buurt van de woonplaats.

#### **Kosten**

€ 150,- per 3 wandelingen.

Mogelijkheid om hierna vrijblijvend deel te nemen aan de contactwandelingen

Meer informatie over "wandelen naar meer energie voor jongeren" en wandelcoachen vind je op [www.DrieKacoaching.nl](http://www.DrieKacoaching.nl).

Ook kun je contact opnemen met Karen Janssen 06-19732088 [info@driekacoaching.nl](mailto:info@driekacoaching.nl)