



De contactwandeling

In beweging elkaar ontmoeten

Hoor je vaker dat het goed zou zijn om er eens op uit te gaan, een blokje om te nemen,

OF

wil je eens een ander wandelgezelschap ontmoeten,

OF

voel je je somber, lusteloos of gestrest.

EN

ben je tussen de 14 en 24 jaar, dan nodig ik je uit voor de contactwandeling. Een uurtje samen wandelen in het Bossche Broek met andere jongeren. Er is ruimte om te vertellen, te luisteren of gewoon in stilte mee te wandelen.

De opbrengst:

- aandacht voor je omgeving
- weg van prikkels
- ontspanning
- in beweging anderen ontmoeten
- gedachtes op een rijtje
- meer energie en nieuwe "zin"
- zelfbewustzijn

Karen Janssen

Startplaats: Het Bossche Broek
Ingang Sterrebosweg, DB

Datum en tijd 23-6, 30-6, 7-7, 14-7 en 21-7
19.30 tot 20.30 uur

GRATIS deelname

Aanmelden: stuur een mail naar info@driekacoaching.nl, dm op social media of app/bel **06-19732088** zodat ik weet dat ik je kan verwachten.

Meer informatie op www.DrieKacoaching.nl



in beweging kom je verder