

WORKSHOP | MEER ZELFVERTROUWEN

Werken aan een positiever zelfbeeld



**MAANDAG
7 DECEMBER 2026**



13:30 - 15:30



Westzijde 120
1506 EJ Zaandam



ZIJN DE VOLGENDE UITSPRAKEN HERKENBAAR?

- > Als ik twee mensen zie lachen, kijken en praten, dan denk ik dat ze het over mij hebben.
- > Is ik een compliment krijg, geloof ik niet dat dat gemeend is.
- > Ik ben bang om iets te zeggen, uit angst voor de reactie van anderen.



MOGELIJK IS ONZE **KOSTELOZE** WORKSHOP IETS VOOR JOU!

Tijdens deze workshop leer je:

- > realistischer en positiever te kijken naar jezelf;
- > hoe je zelfbeeld van invloed is op je zelfvertrouwen;
- > hoe je concrete, haalbare doelen kunt stellen en hiermee aan de slag kunt gaan.

AANMELDEN EN MEER INFORMATIE:

Hiervoor kun je terecht bij het secretariaat van Indigo Preventie:

preventie@indigonoordholland.nl | 088 357 11 00

Online aanmelden kan door de QR-code te scannen.

