

18 september 2015

STRESS: VIJAND OF BONDGENOOT?

Marina Schriek

Alle 'ins en outs' van stress en de invloed ervan op je gezondheid en je leven komen aan bod in deze lezing van Marina Schriek, auteur van Gefeliciteerd met je burn-out. Heeft een burn-out nut? Hoe weet je dat je teveel stress hebt? Bestaat een stress-vrij leven? Hoe voorkom je dat je een burn-out krijgt en hoe help je iemand in je omgeving die bevattelijk is voor stress?

Marina Schriek slaagt er steeds in om heikele onderwerpen op humoristische en heldere wijze bespreekbaar te maken op een manier waar iedereen direct mee aan de slag kan.

Locatie Mariska Hendriks
Délifrance Terneuzen (Winkelcentrum Zuidpolder)

Adres Alvarezlaan 14
4536 BD TERNEUZEN

Aanvang 20.00 uur, welkom vanaf 19.30 uur

Entree € 10,00

Aanmelden kerman.delifrance.terneuzen@gmail.com
06-25082672 of 0115-616192

GEZOND
VERSTAND
AVONDEN

www.gezondverstandavonden.nl