

Bewust worden	Herkennen	Erkennen	Nieuwe focus
<p><b>Workshop van een uur: 'Herken je stress!'</b></p>	<p><b>Lichaamsgerichte workshop van een uur: 'In je lijf'</b></p>		<p><b>Ontwikkeltraject voor groepen: 'Je eigen kracht'</b></p>
<p><b>Opdracht en formulier: 'De thermometer'</b></p>	<p><b>Individuele coachsessie en formulier: 'De thermometer'</b></p>		
	<p><b>Dagtraining: 'Stress in balans'</b></p>	<p><b>Individueel coachtraject: 'Vind je balans'</b></p>	