

Slapen kan je leren!

"Leuk gebracht in een ontspannen sfeer"

Raak je moeilijk in slaap of word je regelmatig wakker?
Ervaar je overdag vermoeidheid, slaperigheid en concentratieverlies?
Je bent welkom in onze groepsreeks waar we samen met de juiste
info en tools aan de slag gaan om slaappatronen te verbeteren!

Wat?

5 sessies met maximum 10
deelnemers per groep

lokaal dienstencentrum Silsburg
Herentalsebaan 597 2100 Deurne

Waar?

Wanneer?

donderdag 7, 14, 21 en 28 november
en 19 december 2024
van 9u30 tot 11u

-24 jaar: gratis
+24 jaar: €12,50 voor de volledige
reeks van 5 sessies

Prijs?

Contacteer Ann via info@annboschmans.be of op 0475/81.46.38
Na inschrijving ontvang je een factuur voor de volledige reeks.
Je inschrijving is definitief na betaling.