

## Lezing: In balans zorgen voor anderen én jezelf.

Door Mie Lanslots



Het leven zit vol uitdagingen, kleine en grote.

Stress, tegenslagen, crisisperiodes... Het leven stelt ons regelmatig op de proef.

Om goed om te kunnen gaan met deze uitdagingen, is je mentale veerkracht heel belangrijk.

Het is een hele opgave om eens stil te staan en kritisch te denken wat we nu echt belangrijk vinden.

**Dinsdag 20 februari om 13.30u in het kunstenhuis, Dorp Oost 45.**

Prijs: € 6,00 leden, niet leden € 9,00, kansentarium € 1,50.

Koffie of thee en versnapering inbegrepen.