

## WAT

- Hoe kan je leven met angst?
- We zoeken samen naar jouw handvaten om niet telkens overspoeld te worden door angst.
- We brengen je krachtbronnen in kaart

## VOOR WIE?

Iedereen die op de één of andere manier geconfronteerd wordt met kanker en angst, die open staat om vanuit een creatieve insteek op zoek te gaan naar andere perspectieven om zo weer meer ruimte te krijgen om vrijer te ademen

## DOOR WIE?

Katrijn Van Loock:  
Psycholoog en creatief coach

Els Van den Bergh:  
praktijkgerichte  
orthopedagoog en  
creatief-agogisch coach

5 SESSIES

**ANGST**  
maar dan anders

## WAAR ?

Ontmoetingsplek  
Alegria, voor mensen  
met kanker en hun  
naasten.

Alegria Turnhout.  
Stationstraat 60-62  
2300 Turnhout

Meer info en inschrijving:  
vanloockkatrijn@gmail.com  
0479/482548

## WANNEER ?

De 5 sessies (2.5euro per  
sessie)gaan door op: 16 en  
30 november, 14 december  
en 11 en 25 januari 2025.  
telkens op zaterdag van 10  
tot 11.30 uur  
Deze sessies zijn 1 geheel en  
kan je volgen zonder de  
kennismakings sessie.

## WAAROM ?

Angst is een emotie die je helpt  
reageren op gevaar. Wat als je  
via hoofd, hart, handen meer  
ruimte kan creëren om  
comfortabeler samen te leven  
met die angst?

Meer info:  
elsvandenberghster  
@gmail.com  
0470/193374