



Uitnodiging



(050) 571 39 99
stigmacafe@zavie.nl

Stigma en zelfacceptatie

Als je geconfronteerd wordt met stigma's ga je aan jezelf twijfelen. Je cijfert jezelf weg. Je voelt je onzeker en denkt dat je geen kwaliteiten hebt. Je wilt anders zijn of er anders uitzien. Je zit niet lekker in je vel. Dit komt doordat je jezelf niet of te weinig accepteert zoals je bent.

Iedereen heeft prettige en minder prettige eigenschappen. Ieder mens is uniek. Als je dit accepteert en je jezelf accepteert zoals je bent, voel je je beter. Dit geeft je veel ruimte en mogelijkheden. Maar hoe doe je dat? Op deze Stigmabijeenkomst vertellen de sprekers hoe zij dit aangepakt hebben. Eén van de sprekers vertelt welke manieren er zijn om tot zelfacceptatie te komen.



POSTBUS 1045 6801 SA ARNHEM

**LIEVER EIGENWIJS
DAN HELEMAAL
GEEN
ZELFVERTROUWEN**

Loesje

Programma

- 13.30 Inloop
- 14.00 Welkomstwoord
- 14.15 Eerste spreker: Lindsay
- 14.35 Tweede spreker: Karin
- 14.55 Pauze
- 15.05 Derde spreker: Christelle
- 15.25 Ontmoeting
- 16.30 Afsluiting



Aanmelden kan via: stigmacafe@zavie.nl

Het elfde **Stigma** Café in Groningen!
Dinsdag 11 maart 2025
van 14.00 tot 16.30 uur in 't Vinkhuys,
Diamantlaan 94, Groningen

Het belooft een interessante middag te worden!

U komt toch ook?