

# Niet meer bang zijn om het fout te doen?

## FAALANGST DE BAAS



IN DEZE TRAINING LEER JE ANDERS VOELEN,  
DENKEN & DOEN DOOR O.A. TE WERKEN AAN:

- Zelfinzicht: je kunt meer dan je denkt
- Actief beïnvloeden van gevoelens
- Eigenwaarde & zelfvertrouwen
- Ontspanning & ademhaling
- Positief, helpend & andersom denken
- Besef dat fouten maken mag
- Humor gebruiken als iets mis gaat
- Kritiek geven & ontvangen
- Probleem oplossen

### Meer informatie?

Trainer: Helen Wildeboer  
Website: [www.yosoyheiloo.nl](http://www.yosoyheiloo.nl)  
E-mail: [info@yosoyheiloo.nl](mailto:info@yosoyheiloo.nl)  
Telefoon: 06 53 53 92 19

Leeftijd: 8 – 12 jaar  
Start: 7 maart 2024  
Dag: donderdag  
Tijd: 17.00 - 18.15 uur  
Locatie: Het Zevenhuizen 46, Heiloo