

Waardeer jezelf & meer



Muziek & Meer biedt een kort muziek-therapeutisch traject aan voor jongeren die hun zelfwaardering willen vergroten. Tijdens 4 sessies ga je via muziek aan de slag om je zelfvertrouwen een boost te geven. Je gaat oefenen met grenzen aangeven, keuzes maken, jezelf hoorbaar maken en (jezelf) oordeelloos waarnemen. Welke instrumenten of muziek je hiervoor gaat inzetten? Dat bepaal je voornamelijk zelf.

Vragen of interesse? Neem contact op met Paula Huizinga muziektherapeut.

paula@muziekenmeer.info | 06-14060876 | www.muziekenmeer.info

4 sessies Muziektherapie "Waardeer jezelf meer"

Voor wie: jongeren tussen de 12 en 21 jaar. (traject wordt individueel aangeboden)

Kosten: €190,=

Tijdsduur per sessie: 60 minuten

Data en tijdstip in overleg, bij aanvang worden alle 4 de afspraken ingepland.

Locatie: W. de Clercqstraat 1, Almelo.

De praktijk hanteert de corona-richtlijnen van het RIVM

Muziek & Meer
Praktijk voor Muziektherapie

Muziek&Meer | Praktijk voor Muziektherapie Almelo - Twente | Tel: 06-14060876 |
Email: paula@muziekenmeer.info | Web: www.muziekenmeer.info | kvk: 76940535 |
AGB: 90067221 | Aangesloten bij de FVB, NVvMT en Register Vaktherapie |