

**MEE**

Zuid-Limburg

Ik wil me minder  
bang voelen  
Ik wil tóch mensen  
spreken!



Voel jij je wel eens zo? Ben jij ook wel eens bang?

De komende maanden organiseert MEE Zuid-Limburg een cursus van 4 avonden:

### **Omgaan met angst en eenzaamheid tijdens corona**

Samen gaan we kijken hoe je er anders mee om kunt gaan: door ontspanning, door het positieve te vinden en natuurlijk door duidelijke uitleg.

Meld je aan via [cursussen@meezuidlimburg.nl](mailto:cursussen@meezuidlimburg.nl) dan nemen we contact met jou op om verder af te spreken hoe jij mee kunt doen.

Voor meer informatie, bel met MEE Zuid-Limburg: 088-0102222