



WORKSHOP OVERWIN UITSTELGEDRAG!

Uitstelgedrag kan je dagelijks leven flink belemmeren.

In deze workshopreeks van 8 sessies leer je:

- **De oorzaken:** Krijg inzicht in waarom jij specifiek uitstelgedrag vertoont.
- **De wetenschap:** wetenschappelijk onderbouwde methoden om uitstelgedrag te doorbreken
- **De praktijk:** concrete strategieën die werken voor jouw situatie

De Begeleiders

- **Olivier Faelens:** Klinisch psycholoog
www.ipo-antwerpen.be/olivier_faelens.html
- **Wouter D'Hooghe:** Onderzoeker uitstelgedrag, eigenaar studiebegeleidingsbureau
www.wouterdhooghe.be

Kostprijs per sessie: €2,5

8 sessies op vooruit betaald: €20

Plaatsen zijn beperkt.

Uitstelgedrag
begrijpen

Wetenschappelijke
methoden tegen
uitstelgedrag

Ontwikkel een
concrete aanpak
voor jouw
uitstelgedrag

Verplicht
inschrijven via:

[therapie.olivier
@gmail.com](mailto:therapie.olivier@gmail.com)

LOCATIE

't Werkhuys
Zegelstraat 13
2140 Borgerhout
Tel 0472 210 585

Maandag 5/10/2026
Maandag 12/10/2026
Maandag 19/10/2026
Maandag 26/10/2026
Maandag 2/11/2026
Maandag 9/11/2026
Maandag 16/11/2026
Maandag 23/11/2026