

# Het FUNDAMENT

EEN STERKE BASIS OM  
*jezelf* TE KUNNEN ZIJN!

Niet focussen op 1 hulpvraag maar juist op alle belangrijke onderwerpen die jouw mentale gezondheid beïnvloeden

#### DIT IS IETS VOOR JOU ALS:

- Je niet helemaal lekker in je vel zit
- Je tegen patronen en gedrag aanloopt wat je graag anders wilt zien
- Je wilt werken aan je zelfbeeld, je relaties met de mensen om je heen en jezelf vooral weer energiek wilt voelen
- Dit wil je graag doen in je eigen tijd op een veilige plek
- Niet maanden lang op een wachtlijst

- Geen traject bij een therapeut waar je steeds heen moet
- Op jouw tempo wanneer het het beste uitkomt

**JIJ BENT ER TOCH OOK  
KLAAR MEE OM JEZELF  
ZO TE VOELEN?**

**JIJ WILT TOCH OOK  
INVESTEREN IN JEZELF?**

WIL JIJ JE AANMELDEN? KIJK OP  
[WWW.PRAKTIJKDAMS.NL/HETFUNDAMENT](http://WWW.PRAKTIJKDAMS.NL/HETFUNDAMENT)

**TIJDELIJK  
VOOR MAAR**

**€ 97,-**

per traject  
t.w.v. € 1130,-

#### WAT KRIJG JE?

- Een eigen online omgeving
- Meer dan 30 video's
- Onder professionele begeleiding jezelf beter leren kennen
- Een werkboek van meer dan 100 pagina's met opdrachten, uitleg en concrete tips

"Door te motiveren, gerust te stellen en te begeleiden, help ik mensen om gewoon zichzelf te kunnen zijn."

**ESTHER DAMS**



# Het FUNDAMENT

EEN STERKE BASIS OM  
*jezelf* TE KUNNEN ZIJN!



DAMS  
PSYCHOLOGIE