

# Rust- en Stilteplek

*Iedereen heeft wel eens nood aan rust en stilte. Op deze rust- en stilteplek kan je even ontsnappen aan de drukte van alledag, gewoon even rustig zitten, ontspannen, nadenken of gewoon even genieten van de stilte. Want het is belangrijk om op moeilijke momenten even te ademen, te reflecteren en te herstellen van de stress die je ervaart.*

**SAMEN**  
veerkrachtig

Boost je veerkracht  
van 1 tot 10 oktober