



Sociaal sterker voor volwassenen

"Wat past bij ons?"

Wat zijn bijeenkomsten van sociaal sterker?

- Voel je je wel eens eenzaam?
- Is het voor jou niet vanzelfsprekend om contact met anderen aan te gaan?
- Zou je graag een relatie / vriendschap willen maar weet je niet hoe je stappen in die richting kan zetten?
- Ben je bereid om in een kleine groep samen op onderzoek uit te gaan?

De bijeenkomsten **sociaal sterker** zijn gericht voor volwassenen die moeite hebben om hun sociaal netwerk te verbreden. In de maatschappij zijn allerlei verenigingen en clubverbanden waarbij lidmaatschap gedurende langere tijd wordt verwacht. Binnen de bijeenkomsten sociaal sterker is de insteek lager en wordt er van je verwacht om met anderen contact aan te gaan over uiteenlopende onderwerpen. Dit hangt af van de interesses van de deelnemers. De bijeenkomsten vinden plaats onder professionele begeleiding. De bijeenkomst is naast gezellig en leuk, ook leerzaam door dat deelname er al toe leidt dat je meer zelfvertrouwen krijgt. Door de positieve insteek kunnen volwassenen buiten deze bijeenkomsten gezamenlijke afspraken plannen om hun vrije tijd op een leuke manier in te vullen.

Onderwerpen:

- Vrije tijd
- Sport
- Politiek
- Filosofie
- ICT / Gamers
- Relaties
- Vriendschappen
- Maatschappelijke kwesties
- Vrije invulling

Aantal deelnemers: 6-8 deelnemers mogelijk

Leeftijd: 18-35 jaar oud of 35 - 60 jaar oud

Lengte van de cursus: 10 bijeenkomsten van 2 uur

Locatie: Sint Annastraat Nijmegen

Opgeven: Opgeven kan via: groepscoaching@ditcoaching.nl de groep gaat van start bij voldoende aanmeldingen.