

Cursus Creatief Leven

Zelf iets aan gevoelens van eenzaamheid doen!

- Wil jij plezier krijgen in het omgaan met andere mensen en leren hoe je dat doet?
- Ben jij niet helemaal blij en tevreden met je relaties, wil je leren hoe je deze kan laten opbloeien en meer regie over je leven krijgen?
- Heb je het idee dat jij je te vaak eenzaam voelt en wil je daar minder last van hebben?
 - Ben je niet helemaal gelukkig met hoe het nu is?
 - Wil je daar verandering in brengen, maar weet je niet hoe?

Dan is de cursus Creatief Leven wat voor jou!

Creatief leven is een cursus speciaal voor mensen die (te vaak) last hebben van eenzaamheid en daar iets aan willen veranderen. Je gaat in een kleine groep, 8 weken lang aan de slag om je leven opnieuw vorm te geven met de hulp van een gespecialiseerde begeleider. Je leert over jezelf en krijgt praktische oefeningen mee. Creatief leven helpt mensen om stap voor stap, zelf iets te veranderen aan hun situatie.

Wanneer (nog) niet?

Ben je net gescheiden of juist gaan samenwonen, heb je net een kindje gekregen of juist iemand verloren? Of was er een grote verandering in werk, woonplaats of studie? Na zo'n verandering in het sociale netwerk komen gevoelens zoals eenzaamheid vaak voor. Ze geven je een seintje dat je iets mist in je contacten met andere mensen. Vaak gaat het na een half jaar weer beter. Zo niet, wacht dan niet langer en zoek hulp, zoals Creatief leven.

Er vindt van tevoren een intake gesprek plaats.

Wanneer is het?

21, 28 oktober, 4,11,18,25 November 2 en 9 december

Waar is het?

Stationslaan 2 1611 KZ Bovenkarspel

Kosten? €30

Aanmelden bij:

Ons Stede Broec
Stationslaan 2
1611 KZ Bovenkarspel
0228-511528



<https://eenzaamheid.info/eenzaamheid-zelftest/>