

Kosten

€ 50,00 inclusief materialen

Adres

Haagbeukweg 153 1318MA Almere

Website

www.deschoor.nl/eenzaamheid

Contact

e-mail: vsteenbergen@deschoor.nl

telefoonnummer: [+310614677131](tel:+310614677131)

Klopt er iets niet met deze activiteit?

Cursus Creatief Leven (eenzaamheid tegengaan)

De cursus Creatief Leven is voor volwassenen die zich eenzaam voelen en daar verandering in willen brengen. Je krijgt inzicht in wat eenzaamheid is, wat het met je doet en wat er voor nodig is om eenzaamheid nu aan te pakken en in de toekomst te voorkomen. Verschillende opdrachten leren je op een andere manier te denken, zodat je weer meer jezelf wordt.

De cursus brengt je in de eerste plaats in contact met jezelf, met eigen wensen en mogelijkheden, waardoor je zelfbeeld positiever wordt. Je leert nieuwe relaties aan te gaan, bestaande relaties te onderhouden en om te gaan met het verlies van contacten.