

Adres

Busplein 26 1315KV Almere

Website

www.humanitasalmere.nl/meer-contact

Contact

e-mail:

meercontact.almere@humanitas.nl

telefoonnummer: [+310630198939](tel:+310630198939)

[Klopt er iets niet met deze activiteit?](#)

Online training Meer contact

Voor mensen die meer contact met anderen willen en zich prettiger willen voelen in (nieuwe) sociale situaties biedt Humanitas de gratis online training 'Meer contact' aan. In deze training leren deelnemers wat zij zélf kunnen doen om uit hun sociale isolement te komen.

De deelnemer ontvangt twee maanden lang elke dag een e-mail met een opdracht. Veel van die opdrachten zijn gericht op het leggen van contact in de eigen buurt, denk aan het praatje met de burens of met mensen in de straat. De mails en opdrachten kosten nooit meer dan tien minuten per dag en zijn luchtig van opzet.

De training is bedoeld voor inwoners van Almere vanaf 18 jaar die hun sociaal leven willen opfleuren en die daar zelf hun best voor willen doen. Verder is het belangrijk dat zij geïnteresseerd zijn in hun persoonlijke ontwikkeling en de mogelijkheid hebben om op een computer, telefoon of laptop hun e-mail te ontvangen. Deelnemers krijgen bij deze training begeleiding door een goed getrainde vrijwilliger.