



OMGAAN MET EENZAAMHEID

THEMA: Gelukkig zijn

AANTAL TAALICONEN: 3

WERKVORM: Workshop

BEGELEIDER: Veronique Diliën

MIN/MAX AANTAL DEELNEMERS: 12/15

AANTAL SESSIES/DUUR SESSIE: 1 keer 2,5 uur

PRIJS SAMENWERKING (PER DEELNEMER):

Standaardprijs: €13

Kortingsprijs: €9

Verhoogde tegemoetkoming: €2,6

PRIJS UITKOOP:

€180 + kilometervergoeding

VERANTWOORDELIJKE VORMINGSWERKER:

Annelies Braeken

INHOUD:

Hoe tegenstrijdig het ook mag klinken: als je je eenzaam voelt, ben je zeker niet alleen.

Opvallend meer mensen ervaren wat het is om je eenzaam te voelen, zeker sinds de coronacrisis. Tijdens deze sessie gaan we dieper in op eenzaamheid. Maak kennis met de verschillende vormen van eenzaamheid, mogelijke oorzaken en de impact.

Vanuit je eigen ervaringen krijg je tips en handvatten om aan de slag te gaan: hoe kunnen we ermee omgaan? Wat kunnen we er zelf aan doen?