

training GELD & GELUK



IMW REGIO TILBURG

maatschappelijk werk & trainingen

Veel mensen maken zich wel eens zorgen over geld. En praten over geld kan best lastig zijn. Misschien schaamt u zich over uw geldzaken en blijft u daardoor vaker thuis. In deze training bekijken we samen hoe je beter met weinig geld kunt leren omgaan.



Welke invloed heeft geld in jouw gezin en misschien in de opvoeding? Wat heb jij van jouw ouders geleerd over geld? Wat wil jij jouw kinderen graag leren?

We gaan in gesprek over allerlei onderwerpen die invloed hebben op jouw geldzaken.

Zo staan we stil bij activiteiten zoals sport en ontspanning. We bekijken samen aan wie je steun zou kunnen vragen en welk effect jouw zorgen hebben op jouw relatie en andere sociale contacten.

Geld kan ook invloed hebben op onze gezondheid. We denken samen na over manieren om te ontspannen en om stress te verlagen.

Wat gaan we doen?

In de training Geld & Geluk bekijken we samen hoe jij beter met geld kunt leren omgaan. Dit doen we met leuke oefeningen en opdrachten. Je kunt ervaringen en tips

delen met andere groepsleden en elkaar steunen. Je staat er niet alleen voor. Je bepaalt zelf of je de anderen iets wilt vertellen over jouw situatie, dat hoeft niet.

Praktische informatie

De training bestaat uit vijf bijeenkomsten. Eerst heb je een kennismakingsgesprek met de trainer. Iedere bijeenkomst duurt ongeveer twee uur. Twee trainers begeleiden de groep. Meedoen aan deze training is gratis.

Heb je nog vragen of wil je meedoen aan deze training?

Stuur dan een mail naar trainingen@imwregiotilburg.nl Of kijk op de website voor de eerstvolgende datum (scan de QR-code).

Deze training is een product van IMW regio Tilburg en wordt uitgevoerd door Toegang Tilburg.

