

training GELD & GELUK



IMW REGIO TILBURG

maatschappelijk werk & trainingen

Veel mensen maken zich wel eens zorgen over geld. Praten over geld kan best lastig zijn. Misschien schaamt u zich over uw geldzaken. Of brengt het stress in uw relatie of in de opvoeding van de kinderen. In deze training bekijken we samen hoe u met deze geldzorgen kunt leren omgaan.



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.

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?

Wat gaan we doen?

In de training leer je anders te kijken naar jouw geldzorgen en er op een andere manier mee om te gaan. Dit doen we met leuke oefeningen en opdrachten. Je kunt ervaringen en tips delen met andere

groepsleden en elkaar steunen. Je bepaalt zelf of je de anderen iets wilt vertellen over jouw situatie, dat hoeft niet.

Praktische informatie

Eerst heb je een kennismakingsgesprek om te kijken of de training past bij jouw vragen. Als je deel gaat nemen bestaat de training uit vijf bijeenkomsten. 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.

