



centrum voor
jeugd en gezin

regio Gooi en Vechtstreek

Cursus Echtscheiding... en nu verder op eigen kracht



www.cjggooienvechtstreek.nl

■ **Cursus Echtscheiding... en nu verder op eigen kracht**

Herkent u deze situaties?

- Ik voel me schuldig, boos, verdrietig over de scheiding.
- Ik heb weinig vertrouwen in een nieuwe relatie.
- Ik merk dat de houding van mijn vrienden veranderd is.
- Ik ga nergens heen omdat ik alleen ben.
- Mijn ex maakt me zwart bij anderen.
- Ik kom maar moeilijk uit met mijn geld.

Wilt u hierover met anderen praten? Dan is deze cursus iets voor u.

■ **Wat houdt de cursus in?**

Het doel van de cursus is om u onder deskundige begeleiding een plek te bieden waar u met steun en herkenning van anderen kunt leren:

- een start te maken met het verwerken van uw scheiding.
- op eigen kracht te vertrouwen.

Thema's die aan bod komen zijn: omgaan met gevoelens van kwaadheid, verdriet, eenzaamheid, schuld en intimiteit; hoe op te komen voor wensen en behoeften in de omgang met ex-partner en familie; en het ontwikkelen van een nieuw toekomstperspectief.

De cursus bestaat uit zes bijeenkomsten van elk tweeënhalf uur.

■ **Opvoeden na echtscheiding**

Naast deze cursus biedt het Centrum voor Jeugd en Gezin ook de cursus Opvoeding na echtscheiding. In deze cursus staat de opvoeding centraal.



■ **Waar en wanneer?**

De cursus Echtscheiding... en nu verder op eigen kracht en de cursus Opvoeding na echtscheiding worden aangeboden op verschillende locaties in de regio Gooi en Vechtstreek. Wilt u weten of er binnenkort een cursus van start gaat, kijk dan op www.cjggooienvechtstreek.nl.

Voor informatie over mogelijke andere startdata kunt u contact opnemen met Versa Groepsmaatschappelijk Werk.

■ **Kosten**

De cursussen worden gesubsidieerd door de gemeenten in de regio.

U betaalt zelf een bijdrage van € 30,- voor het cursusmateriaal.

■ **Bijzonderheden**

Per groep zijn er zes tot twaalf deelnemers. De begeleiding is in handen van twee maatschappelijk werkers.

■ **Meer informatie/aanmelden**

Wanneer u zich aanmeldt, vindt eerst een gesprek plaats om na te gaan of de cursus biedt wat u ervan verwacht. Voor aanmelding of informatie kunt u contact opnemen met:

Versa Groepsmaatschappelijk Werk

(035) 683 01 54

groepswerk@versawelzijn.nl

www.versawelzijn.nl/groepswerk





centrum voor
jeugd en gezin

regio Gooi en Vechtstreek

Voor vragen over opgroeien en opvoeden



U kunt ons ook vinden op Facebook

■ **Uitgave**

2012

Centrum voor Jeugd en Gezin Gooi & Vechtstreek

www.cjggooienvechtstreek.nl

■ **Inhoudelijke redactie**

Versa Welzijn

www.versawelzijn.nl

www.cjggooienvechtstreek.nl