



Algemeen Maatschappelijk Werk

## **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 Versa Welzijn ook de cursus Opvoeden na echtscheiding. In deze cursus staat de opvoeding centraal.

## **Waar en wanneer?**

De cursus Echtscheiding .... en nu verder op eigen kracht en de cursus Opvoeden 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 onze website: [www.versawelzijn.nl/activiteiten](http://www.versawelzijn.nl/activiteiten). Voor meer informatie over mogelijke andere startdata kunt u contact met ons opnemen.

## **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 op nemen met: **Versa Groepsmaatschappelijk Werk**.

Telefoon: **(035) 683 01 54**

E-mail: **groepswerk@versawelzijn.nl**

Website: **www.versawelzijn.nl/groepswerk**

*Uitgave: augustus 2011*

