

# CURSUSSEN EN GROEPEN IN GEMEENTE VENRAY 2024



In dit overzicht staan cursussen en groepen die Synthese, MEE De Meent Groep, Vincent van Gogh en Gezinscoach Venray organiseren voor inwoners van gemeente Venray.

Er is geen indicatie nodig voor deelname.

## VOOR VOLWASSENEN

Sociale vaardigheden en weerbaarheid | Relaties, opvoeden en rouwverwerking  
Financiën | Mentale gezondheid | Naasten, familie en mantelzorgers

## VOOR KINDEREN EN JONGEREN

Sociale vaardigheden en weerbaarheid | Sociaal netwerk en vrienden | Gezin | School

# CURSUSSEN EN GROEPEN VOOR VOLWASSENEN

## Sociale vaardigheden en weerbaarheid

| Naam                             | Doelgroep  | Doel   | Meer informatie / aanmelden  |
|----------------------------------|--|--|--|
| Opkomen voor jezelf              | Volwassenen  | Praktische sociale vaardigheden en weerbaarheid                            | <b>Samenwerkingsverband tussen MEE de Meent groep Vincent van Gogh Synthese</b><br><br><a href="http://www.meedemeentgroep.nl">www.meedemeentgroep.nl</a><br>> <a href="#">klik hier</a><br><a href="http://www.vvgi.nl">www.vvgi.nl</a> > <a href="#">klik hier</a><br><a href="http://www.synthese.nl">www.synthese.nl</a> > <a href="#">klik hier</a> |
| Vrienden maken, vrienden blijven | Volwassenen, licht verstandelijke beperking, praktijkonderwijs | Praktische vaardigheden om vrienden te maken en hoe je met vrienden omgaat | <a href="http://www.meedemeentgroep.nl">www.meedemeentgroep.nl</a><br>> <a href="#">klik hier</a>  |

## Relaties, opvoeden, rouwverwerking

| Naam                                 | Doelgroep   | Doel  | Meer informatie / aanmelden  |
|--------------------------------------|---|---|--|
| Houd me vast                         | (Echt)paren   | Samen werken aan relatieproblemen   | <a href="http://www.synthese.nl">www.synthese.nl</a> > <a href="#">klik hier</a>       |
| Omgaan met verlies. (Rouwverwerking) | Volwassenen   | Met lotgenoten verlies verwerken  | <a href="http://www.synthese.nl">www.synthese.nl</a> > <a href="#">klik hier</a>       |
| KopOpOuders                          | Ouders van kinderen tot 18 jaar met stress, psychische en/of verslavingsproblemen | Op een ontspannen manier ouder zijn, ook als je niet lekker in je vel zit | <a href="http://www.kopopouders.nl">www.kopopouders.nl</a> > <a href="#">klik hier</a> |



|              |                                   |   |  |
|--------------|-----------------------------------|---|--|
| Los-training | Slachtoffers van Huiselijk geweld | Omgaan met de gevoelens, die dit oproept en weer een eigen toekomst op te bouwen. | <a href="http://www.synthese.nl">www.synthese.nl</a> |
|--------------|-----------------------------------|---|--|

## Mentale gezondheid

| Naam                         | Doelgroep   | Doel  | Meer informatie / aanmelden   |
|------------------------------|-------------|---|---|
| Voel je goed en houd contact | Volwassenen | Goed voor jezelf zorgen en contact maken en houden in deze tijd               | <p><b>Synthese, Preventie Vincent van Gogh, MEE De Meent Groep</b></p> <p><b>Workshop op aanvraag</b></p> |
| Mentaal in balans            | Volwassenen | Versterk draagkracht en mentale veerkracht, kom meer in balans                | <a href="http://www.vvgi.nl">www.vvgi.nl</a> > <a href="#">klik hier</a>                                  |
| Stress de baas               | Volwassenen | Verminder stressklachten en kom meer in balans                                | <a href="http://www.vvgi.nl">www.vvgi.nl</a> > <a href="#">klik hier</a>                                  |
| Mindfulness                  | Volwassenen | Moeilijke, onplezierige gedachten of gevoelens leren accepteren zoals ze zijn | <a href="http://www.vvgi.nl">www.vvgi.nl</a> > <a href="#">klik hier</a>                                  |
| Beter slapen doe je zo       | Volwassenen | Aanpakken van (primaire) slapeloosheid  | <a href="http://www.vvgi.nl">www.vvgi.nl</a> > <a href="#">klik hier</a>                                  |

## Naasten, familie, mantelzorgers

| Naam                                       | Doelgroep  | Doel   | Meer informatie / aanmelden  |
|--|--|--|--|
| Training De Mat                            | Familie/naasten van mensen met psychische en/of verslavingsproblemen | Interactie vaardigheden leren die helpen in het omgaan met lastige situaties | <a href="http://www.vvgi.nl">www.vvgi.nl</a> > <a href="#">klik hier</a>         |
| Psychiatrie en/of verslaving in de familie | Familie/naasten van mensen met psychische en/of verslavingsproblemen | Vergroten van veerkracht   | <a href="http://www.vvgi.nl">www.vvgi.nl</a> > <a href="#">klik hier</a>         |
| Blijf in balans                            | Mantelzorgers  | Balans krijgen in draaglast en draagkracht                                   | <a href="http://www.synthese.nl">www.synthese.nl</a> > <a href="#">klik hier</a> |

# CURSUSSEN EN GROEPEN VOOR KINDEREN/JONGEREN

## Sociale vaardigheden en weerbaarheid

| Naam                             | Doelgroep                  | Doel  | Meer informatie / aanmelden   |
|----------------------------------|----------------------------|---|---|
| Tim en flapoor                   | 6-8 jarigen                | Sociale vaardigheid   | <a href="http://www.gezinscoachvenray.nl">www.gezinscoachvenray.nl</a><br>> <a href="#">klik hier</a>   |
| Opkomen voor jezelf (g)een kunst | 9-12 jarigen               | Sociale vaardigheid en weerbaarheid   | <a href="http://www.gezinscoachvenray.nl">www.gezinscoachvenray.nl</a><br>> <a href="#">klik hier</a>   |
| Ik ben TOP                       | 9-12 jarigen               | Werken aan je zelfvertrouwen  | <a href="http://www.gezinscoachvenray.nl">www.gezinscoachvenray.nl</a><br>> <a href="#">klik hier</a>   |
| Less Fear @ school               | 12-15 jarigen              | Sociale vaardigheden en weerbaarheid  | <a href="http://www.gezinscoachvenray.nl">www.gezinscoachvenray.nl</a><br>> <a href="#">klik hier</a><br>Op aanvraag van Raayland College en Gilde Opleidingen Venray |
| De kinderen Scheiden Mee         | 6-12j of 12-18jr en ouders | Verwerking op gang brengen bij kinderen van ouders in scheiding/gescheiden ouders | <a href="http://www.synthese.nl">www.synthese.nl</a> > <a href="#">klik hier</a>  |
| Plezier op school                | Brugklassers               | Kinderen helpen om met plezier en vertrouwen naar de nieuwe school te gaan        | <a href="http://www.gezinscoachvenray.nl">www.gezinscoachvenray.nl</a><br>> <a href="#">klik hier</a>   |

## Sociaal netwerk / vrienden

| Naam                             | Doelgroep  | Doel   | Meer informatie / aanmelden   |
|----------------------------------|--|--|---|
| Vrienden maken, vrienden blijven | 15-18 jarigen die moeite hebben met vrienden maken en houden                       | Vaardigheden leren om vrienden te maken en houden en meer inzicht in vriendschap | <a href="http://www.gezinscoachvenray.nl">www.gezinscoachvenray.nl</a><br>> <a href="#">klik hier</a>                 |
| Bijeenkomst 'Join Us'            | 12-18 jarigen die zich eenzaam voelen en willen werken aan hun Sociale contacten . | Elkaar ontmoeten samen activiteiten ondernemen en sociaal van elkaar leren       | <a href="http://www.join-us.nu/nl/locatie/venray">www.join-us.nu/nl/locatie/venray</a><br>> <a href="#">klik hier</a> |
| Bijeenkomst 'Join Us'            | 18-25 jarigen die zich eenzaam voelen en willen werken aan hun sociale contacten   | Elkaar ontmoeten samen activiteiten ondernemen en sociaal van elkaar leren       | <a href="http://www.join-us.nu/nl/locatie/venray">www.join-us.nu/nl/locatie/venray</a><br>> <a href="#">klik hier</a> |

## Gezin

| Naam        | Doelgroep   | Doel  | Meer informatie / aanmelden   |
|-------------|---|---|---|
| Koppsupport | 16-26 jarigen met een ouder met psychische en/of verslavingsproblemen | Wat betekent het hebben van een psychisch zieke ouder en hoe zorg je dan goed voor jezelf | <a href="http://www.koppsupport.nl">www.koppsupport.nl</a><br>> <a href="#">klik hier</a> |