

Goed in je vel: wat minder eenzaam zijn

Type

Groepsaanbod

Startdatum

20/03/2025 - 22/05/2025

Locatie

Henri Horriestraat 33A, 8800 Roeselare, Belgium (Familiehulp Roeselare)

Door

Stefanie Versaevel

Tristan Callewaert

Praktische info

Datums

20 maart 2025 - 15:30 - 17:00

03 april 2025 - 15:30 - 17:00

17 april 2025 - 15:30 - 17:00

08 mei 2025 - 15:30 - 17:00

22 mei 2025 - 15:30 - 17:00

Prijs

+23 jaar= 2,5 per sessie

Aantal sessies

5

Duur sessies

90

Voor wie

Ouderen, in het bijzonder alleenstaande ouderen

Mensen die sociale, emotionele of existentiële eenzaamheid ervaren

Financiële kwetsbare groepen

Hulp bij

Eenzaamheid, Sociale vaardigheden, Zelfzorg

Bereikbaarheid

Rolstoel toegankelijk

Inhoud

Eenzaamheid is iets wat iedereen kan treffen, ongeacht je leeftijd. De gevolgen ervan kunnen depressieve gevoelens veroorzaken, alsook meer lichamelijke klachten en ziektes.

Deze groepsbijeenkomsten zijn er voor mensen die zich soms eenzaam voelen en concrete tips kunnen gebruiken om zich mentaal te versterken en sociaal isolement te doorbreken. In deze sessies zetten we in op verbinding en delen we hoe je kan uitreiken naar de ander. We gaan samen in gesprek over eenzaamheid en sociaal contact. Daarnaast staan we ook stil bij hoe je uit sociaal isolement kunt geraken en beter kunt zorgen voor jezelf.

Contact en inschrijven

E-mailadres

info@stefanieversaevel.be

Meer info op elpen.be

https://www.elpen.be/initiatieven/goed-je-vel-wat-minder-eenzaam-zijn-0