

# *“Glans aan je leven”*

Voelt u zich wel eens alleen en zou u  
meer contacten willen?

Zou u wel wat meer willen ondernemen,  
maar u heeft geen idee hoe?

Merkt u steeds vaker dat u “beren op de  
weg ziet”?

U wilt, in het kort gezegd, meer “glans in  
uw leven”.

Dan is deze ontmoetingsgroep echt iets  
voor u!

*Een ontmoetingsgroep voor 65+*



onderdeel van Santé Partners



---

**Hierbij wat meer inhoudelijke en praktische informatie over de ontmoetingsgroep.**

**De ontmoetingsgroep is kosteloos, bestaat uit 6 bijeenkomsten van 13.30 tot 15.15 uur en wordt gegeven op: 14, 21, 28 februari, 14, 28 maart & 11 april op Gasthuislingelaan 2 (Zorgcentra de Betuwe, Lingewaarde) in Tiel**

**Tijdens deze bijeenkomsten gaat u aan de slag met de volgende onderwerpen:**

- ❖ Wat vond en vind ik belangrijk in het leven?**
- ❖ Welke wensen heb ik?**
- ❖ Wat zijn mijn interesses?**
- ❖ Wat waarderen anderen in mij?**
- ❖ Wat zijn mijn sterke kanten?**
- ❖ Wat vind ik lastig in het contact met anderen? Kan ik hier dingen in veranderen?**
- ❖ Hoe vergroot ik mijn zelfvertrouwen?**

**Door middel van gesprek, oefeningen en (een beetje!) huiswerk gaan we met bovenstaande aan de slag.**

**Natuurlijk onder genot van koffie/thee en wat lekkers.**

**De groep wordt begeleid door,  
Chantal Willemsen en Donata Verheugd.**



---

**Aanmelden of meer informatie? Dan kunt u contact opnemen met:**

**Chantal Willemsen**

**Tel: 0652525499**

**Mail: [chantalwillemsen@stmr.nl](mailto:chantalwillemsen@stmr.nl)**