

Ontmoetingsgroep voor ouderen van 70+

# Glans aan je leven

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

Zou u meer willen ondernemen, maar vindt u het lastig om de stap te zetten?

Merkt u steeds vaker dat u 'beren op de weg ziet'?

Bent u op zoek naar meer glans in uw leven?

Dan is deze ontmoetingsgroep echt iets voor u!



# Glans aan je leven

Wat kunt u verwachten?

**De ontmoetingsgroep is gratis en bestaat uit 6 bijeenkomsten.**

**De volgende onderwerpen komen aan bod:**

- Wat vind ik belangrijk in het leven?
- Wat zijn mijn interesses?
- Wat zijn mijn sterke kanten en wat waarderen anderen in mij?
- Hoe leg ik contact met anderen en hoe onderhoud ik deze?
- Wat vind ik lastig en hoe leer ik hier mee omgaan?
- Welke activiteiten zijn er in mijn omgeving?



Tussendoor is er ook tijd voor gezelligheid en een lekker bakje koffie en thee  
De groep wordt begeleid door: Anita Ketelaar en Maaïke van den Brink.

**Aanmelden of meer informatie?** Neem contact met ons op!



Anita Ketelaar  
06 10 88 48 51  
a.ketelaar@santepartners.nl



Maaïke van den Brink  
06 82 63 67 22  
mvandenbrink@santepartners.nl