



# Cursussen en groepen in gemeente Venray 2022

## Inhoudsopgave

### volwassenen

**2** Sociale vaardigheden,  
weerbaarheid

**2** Financiën

**3** Relaties, opvoeden,  
rouwverwerking

**3-4** Mentale gezondheid

**5** Naasten, familie en  
mantelzorgers

### kinderen / jongeren

**6** Sociale vaardigheden,  
weerbaarheid

**6-7** Sociaal netwerk,  
vrienden

**7** Gezin

**8** School

Synthese, MEE De Meent Groep, Vincent van Gogh en Gezinscoach Venray organiseren cursussen en groepen voor inwoners van gemeente Venray. Deze zijn terug te vinden in dit overzicht.

Er is geen indicatie nodig voor deelname.

Door de coronamaatregelen kan het aanbod er anders uitzien. Mogelijk worden cursussen online gegeven of uitgesteld.

# Cursussen en groepen voor volwassenen

## Sociale Vaardigheden, weerbaarheid

Naam	Doelgroep	Wanneer	Duur	Doel	Meer informatie / aanmelden
Sociale Vaardigheden	Volwassenen	Voorjaar	6 x 2 uur	Sociale vaardigheids- en weerbaarheidstraining.	Synthese 0478 51 73 00 <a href="#">Archief Aanbod &amp; Inschrijving - Synthese - Synthese</a>
Sociale Vaardigheden	Volwassenen	Meerdere keren per jaar	7 x 2 uur	Sociale vaardigheids- en weerbaarheidstraining.	Vincent van Gogh Preventie 088 47 87 817 preventie@vvgi.nl <a href="#">Preventie (vvgi.nl)</a>
Opkomen voor jezelf	Volwassenen met een licht verstandelijke beperking die praktijkonderwijs hebben gevolgd.	Voorjaar Najaar	8 x 1,5 uur	Praktische sociale vaardigheden leren om weerbaarder te worden.	MEE De Meent Groep 088 465 35 55 mee@meedemeentgroep.nl <a href="#">Opkomen voor jezelf - MEE De Meent Groep</a>

## Financiën

Naam	Doelgroep	Wanneer	Duur	Doel	Meer informatie / aanmelden
Mijn geldzaken? Die regel ik zelf!	Volwassenen met een licht verstandelijke beperking die praktijkonderwijs hebben gevolgd.	Najaar	7 x 1,5 uur	Meer inzicht krijgen in eigen geldzaken. Daardoor ben je beter in staat je administratie en financiën te beheren.	MEE De Meent Groep 088 465 35 55 mee@meedemeentgroep.nl <a href="#">Mijn geldzaken? Die regel ik zelf! - MEE De Meent Groep</a>

**Relaties, opvoeden, rouwverwerking**

Naam	Doelgroep	Wanneer	Duur	Doel	Meer informatie / aanmelden
Hou me vast	(echt)paren	zomer	2 x 7 uur	Tweedaagse groepstraining waar (echt)paren (dus als stel) werken aan relatieproblemen.	Synthese 0478 51 73 00 <a href="#">Archief Aanbod &amp; Inschrijving - Synthese - Synthese</a>
Rouwverwerking	Volwassenen	Voorjaar	6 x 3 uur	Met lotgenoten het verlies verwerken.	Synthese 0478 51 73 00 <a href="#">Archief Aanbod &amp; Inschrijving - Synthese - Synthese</a>
Kopopouders	Ouders/partners met veel stress, psychische en/of verslavingsproblemen, met kinderen in de leeftijd van 1 tot 18 jaar.	doorlopend	8 x 1,5 uur	Leren hoe je op een ontspannen manier een goede ouder kunt zijn, ook al zit je zelf niet lekker in je vel.	www.kopopouders.nl <a href="#">KopOpOuders.nl - Home</a>
Triple P Positief Opvoeden	Ouders die veel opvoedstress ervaren.	Op vraag	5 x 2 uur	Handvatten voor ouders om op een positieve manier op te voeden.	Vincent van Gogh Preventie 088 47 87 817 preventie@vvgi.nl <a href="#">Preventie (vvgi.nl)</a>

**Mentale gezondheid**

Naam	Doelgroep	Wanneer	Duur	Doel	Meer informatie / aanmelden
Workshop Voel je goed en houd contact	Volwassenen	Meerdere keren per jaar	1 x 1,5 uur	Een workshop over goed voor jezelf zorgen en contact maken en houden in deze (corona) tijd.	Synthese, Preventie Vincent van Gogh en MEE De Meent Groep preventie@vvgi.nl

## Cursussen en groepen in gemeente Venray 2022

Naam	Doelgroep	Wanneer	Duur	Doel	Meer informatie / aanmelden
Grip en glans	50 plussers	Najaar	6 x 2 uur	Krijg weer grip op verlies en verandering in deze levensfase.	Synthese 0478 51 73 00 <a href="#">Archief Aanbod &amp; Inschrijving - Synthese - Synthese</a>
Mentaal in Balans	Volwassenen	Meerdere keren per jaar	5 x 2 uur	Versterk draagkracht en mentale veerkracht om meer in balans te komen.	Vincent van Gogh Preventie 088 47 87 817 preventie@vvgi.nl <a href="#">Preventie (vvgi.nl)</a>
Stress de baas	Volwassenen	Meerdere keren per jaar	7 x 2 uur	Verminder stressklachten en kom weer meer in balans.	Vincent van Gogh Preventie 088 47 87 817 preventie@vvgi.nl <a href="#">Preventie (vvgi.nl)</a>
Mindfulness	Volwassenen	Meerdere keren per jaar	8 x 2 uur	Accepteer moeilijke, onplezierige gedachten zoals ze zijn.	Vincent van Gogh Preventie 088 47 87 817 preventie@vvgi.nl <a href="#">Preventie (vvgi.nl)</a>
Beter slapen doe je zo	Volwassenen	Meerdere keren per jaar	7 x 2 uur	Aanpakken van (primaire) slapeloosheid.	Vincent van Gogh Preventie 088 47 87 817 preventie@vvgi.nl <a href="#">Preventie (vvgi.nl)</a>
Omgaan met spanningen	Volwassenen met een licht verstandelijke beperking die praktijkonderwijs hebben gevolgd.	Najaar	6 x 1,5 uur	Functioneer beter door het verminderen van spanningen. Voel je beter in je vel zitten.	MEE De Meent Groep 088 465 35 55 mee@meedemeentgroep.nl <a href="#">Omgaan met spanningen - MEE De Meent Groep</a>

**Naasten, familie en mantelzorgers**

Naam	Doelgroep	Wanneer	Duur	Doel	Meer informatie / aanmelden
Training De Mat	Familieleden en naasten van mensen met psychische en/of verslavingsproblemen.	Voorjaar najaar	7 x 3 uur	Leren van interactie vaardigheden die helpen in het omgaan met lastige situaties.	Vincent van Gogh Preventie 088 47 87 817 preventie@vvgi.nl <a href="http://Preventie(vvgi.nl)">Preventie (vvgi.nl)</a>
Psychiatrie en/of verslaving in de familie	Familieleden en naasten van mensen met psychische en/of verslavingsproblemen.	Voorjaar najaar	7 x 2 uur	Vergroten van veerkracht.	Vincent van Gogh Preventie 088 47 87 817 preventie@vvgi.nl <a href="http://Preventie(vvgi.nl)">Preventie (vvgi.nl)</a>
Blijf in Balans	Mantelzorgers	Najaar Voorjaar	3 x 2 uur	Balans krijgen in draaglast en draagkracht.	Synthese 0478 51 73 00 <a href="#">Archief Aanbod &amp; Inschrijving - Synthese - Synthese</a>

# Cursussen en groepen voor kinderen/ jongeren

## Sociale vaardigheden, weerbaarheid

Naam	Doelgroep	Wanneer	Duur	Doel	Meer informatie / aanmelden
Tim en flapoor	6-8 jarigen	Voorjaar / najaar	8 x 1,5 uur en 2x ouderavond	Sociale vaardigheden.	Gezinscoach Venray 0478 51 73 10 trainingen@gezinscoachvenray.nl <a href="#">Tim en Flapoor - Gezinscoach Venray</a>
Opkomen voor jezelf (g)een kunst!	9-12 jarigen	Voorjaar / najaar	6 x 1,5 uur en ouderavond	Sociale vaardigheden. Weerbaarheid.	Gezinscoach Venray 0478 51 73 10 trainingen@gezinscoachvenray.nl <a href="#">Opkomen voor jezelf (g)een kunst! (9-12 jaar) - Gezinscoach Venray</a>
Opkomen voor jezelf (g)een kunst!	12-16 jarigen	Najaar	6 x 1,5 uur en ouderavond	Sociale vaardigheden. Weerbaarheid.	Gezinscoach Venray 0478 51 73 10 trainingen@gezinscoachvenray.nl <a href="#">Opkomen voor jezelf (g)een kunst! (12 - 16 jaar) - Gezinscoach Venray</a>

## Sociaal netwerk / vrienden

Naam	Doelgroep	Wanneer	Duur	Doel	Meer informatie / aanmelden
Bijeenkomst 'Join Us'	Jongeren van 12 tot 18 jaar die zich alleen voelen en dat willen veranderen.	doorlopend	Oneven weken op dinsdag van 18.30 uur tot 21.00 uur	Jongeren ontmoeten elkaar en doen samen activiteiten. Ook voor jongeren die over onvoldoende sociale vaardigheden beschikken en/of een negatief denkbeeld hebben.	Gemeente Venray, Preventie Vincent van Gogh, Jeugd- en jongerenwerk Synthese en Gezinscoach Venray <a href="#">Join us Venray 12-18 jaar - Join us (join-us.nu)</a>

Naam	Doelgroep	Wanneer	Duur	Doel	Meer informatie / aanmelden
Bijeenkomst 'Join Us'	Jongeren van 18 tot 25 jaar die zich alleen voelen en dat willen veranderen.	doorlopend	Even weken op dinsdag van 18.30 uur tot 21.30 uur	Jongeren ontmoeten elkaar en doen samen activiteiten. Ook voor jongeren die over onvoldoende sociale vaardigheden beschikken en/of een negatief denkbeeld hebben.	Gemeente Venray, Preventie Vincent van Gogh, Jeugd- en jongerenwerk Synthese en Gezinscoach Venray <a href="https://www.join-us.nu">Join us Venray 18-25 jaar - Join us (join-us.nu)</a>

## Gezin

Naam	Doelgroep	Wanneer	Duur	Doel	Meer informatie / aanmelden
Kopstoring	Jongeren (16-26 jaar) met een ouder met psychische en/of verslavingsproblemen.	doorlopend	8 x 1,5 uur	Wat betekent het om een psychisch zieke ouder te hebben en hoe kun je goed voor jezelf zorgen.	<a href="http://www.kopstoring.nl">www.kopstoring.nl</a> <a href="http://www.kopstoring.nl">Kopstoring</a>
Brussengroep	Kinderen van 9 t/m 12 jaar met een broer of zus met een beperking .	Najaar	8 x 1,5 uur	Ontmoet kinderen die ook een broer of zus met een beperking hebben.	Gezinscoach Venray 0478 51 73 10 trainingen@gezinscoachvenray.nl <a href="#">Brussengroep: 'Ik ben er ook nog!' - Gezinscoach Venray</a>
De kinderen scheiden mee; "Zandkastelen"	Gezinnen die te maken hebben met echtscheiding.	Voorjaar  Najaar	2 ouder-bijeenkomsten 1 kinder-bijeenkomst	Start met de verwerking van de scheiding.	Gezinscoach Venray 0478 51 73 10 trainingen@gezinscoachvenray.nl <a href="#">Het Zandkastelenprogramma - Gezinscoach Venray</a>

**School**

Naam	Doelgroep	Wanneer	Duur	Doel	Meer informatie / aanmelden
Plezier op school	Kinderen die naar de brugklas gaan.	Laatste week zomervakantie	2 daagse training	Kinderen helpen met plezier en zelfvertrouwen naar de nieuwe school te gaan.	Gezinscoach Venray 0478 51 73 10 trainingen@gezinscoachvenray.nl <a href="#">Plezier op school - Gezinscoach Venray</a>
Less Fear@school	Leerlingen op voortgezet onderwijs in de leeftijd van 12 tot 16 jaar.	Voorjaar / najaar	6 x 1,5 uur	Opkomen voor jezelf en verminderen van faalangst bij leerlingen in het voortgezet onderwijs.	Gezinscoach Venray en Vincent van Gogh Preventie 0478 51 73 10 trainingen@gezinscoachvenray.nl <a href="#">Less Fear at school (12 - 16 jaar) - Gezinscoach Venray</a>