

## Vraag je je wel eens af:

- Hoe kan ik weer meedoen aan het maatschappelijk leven?
- Hoe breng ik weer structuur in mijn leven?
- Hoe kan ik leren beter voor mijzelf op te komen?
- Hoe word ik zelfverzekerder?

Zo ja, dan kan het project Maatcoaching jou dé kans bieden om ermee aan de slag te gaan!

## PROJECT MAATCOACHING

### 10 groepsbijeenkomsten

Stichting de Ambachtshoeve biedt met steun van gemeente 's-Hertogenbosch elk jaar een Maatcoaching project aan.

Je krijgt in 10 bijeenkomsten de mogelijkheid om samen met andere deelnemers jouw eigen persoonlijke leven meer vorm te geven.

Je werkt binnen de groep aan een individueel werkplan waarbij je medegroepsgenoten en de trainers je de nodige handvatten zullen bieden.

De bijeenkomsten worden verzorgd door twee ervaringsdeskundige coaches. De bijeenkomsten worden op donderdagavond gehouden van 19.30 uur – 22.00u op de Sonniusstraat 3 te 's-Hertogenbosch.

### Aanmelden

Je kunt je aanmelden via [maatcoaching@ambachtshoeve.nl](mailto:maatcoaching@ambachtshoeve.nl)

Voor vragen kan je bellen of mailen met :

Linda de Reuver: 06 – 83 69 30 69

stichtingdeambachtshoeve@live.nl

*Deelname is voor jou kosteloos*



**Stichting de Ambachtshoeve**