Training OP EIGEN KRACHT

Beter rondkomen met weinig geld

Op Eigen Kracht is een gratis training voor mensen die weinig te besteden hebben. Leven van weinig geld is lastig en kan een hoop stress opleveren. In een kleine groep leer je over omgaan met weinig geld, over inkomsten en uitgaven en besparen. Bovendien krijg je heel veel goede tips en is er veel aandacht voor van elkaar leren.

6 wekelijkse bijeenkomsten

Bij deze Op Eigen Kracht-training komen deze onderwerpen aan bod:

- Hoe houd je overzicht in je administratie en financiën?
- Waar kan je op besparen?
- Waar kun je terecht voor hulp en (gratis) activiteiten?
- Hoe kan je goedkoop én gezond eten?
- Hoe ga je om met stress?
- Hoe kom je voor jezelf op?
- Hoe kun je besparen op energiekosten?

De training wordt afgesloten met een feestelijke **certificaatuitreiking** met een leuke attentie.

Op Eigen Kracht:
Van woensdag 8 juni t/m 13 juli
Tijdstip: 9.15 – 12.00 uur
Huis van de Wijk de Meeuw, Motorwal 300

Meer informatie:
Website: www.deregenboog.org/opeigenkracht
Telefoon: 020 5317600 (bereikbaar op ma t/m do)

Aanmelden:

- E-mail: opeigenkracht@deregenboog.org
- Whatsapp: 06 82 69 62 63
- www.hulpvanderegenboog.org/op-eigen-kracht-noord

DE REGENBOOG GROEP
OP EIGEN KRACHT