

ZO MAAK JE JOUW SOCIAAL LEVEN *weer leuk*

- Merk jij nu, tijdens corona, dat jouw netwerk toch écht te smal is?
- Zie jij op tegen nieuwe sociale situaties, zoals een borrel bij je nieuwe baan of een verjaardagsfeestje waar je niet veel mensen kent?
- Vind je het lastig om met onbekenden in gesprek te raken?
- Weet je niet wie je moet bellen als je ergens over wilt praten?

Dan is onze online training 'Meer contact' misschien iets voor jou. Je leert dan hoe je makkelijker met mensen omgaat en ook hoe je meer (betekenisvolle) relaties krijgt.



WWW.UDENSEUITDAGING.NL

Wat ga je doen?

- Je krijgt twee maanden lang elke dag één mail
- Dit kost je ongeveer tien minuten per dag
- Je begint alleen online, later oefen je ook in reallife (let wel op de RIVM-richtlijnen!)

En het is dan wel een serieus onderwerp maar we houden het graag leuk en een beetje luchtig. Zo blijf jij makkelijk gemotiveerd.



Voor wie?

- Wil jij meer contact en wil je daar zelf je best voor doen?
 - Heb je een computer of laptop waarop je e-mail kunt ontvangen?
- De training is goed voor je persoonlijke ontwikkeling en leuk om te doen. Ben je tussen de 35 - 55 jaar en woonachtig in de gemeente Uden, dan kun je meedoen.

Gratis

Onze online training is gebaseerd op wetenschappelijk inzicht en in de praktijk al getest. Tot 1 december kun je je inschrijven en deze training gratis volgen.
Dus wil je meer contact, schrijf je dan in via info@udenseuitdaging.nl

*'Ik voel me zekerder
in sociale situaties'*

'Leuk om te doen'

*'Vast onderdeel
van mijn ochtendroutine'*

De online training 'Meer contact' is een initiatief van de Udense Uitdaging in samenwerking met Oog voor Elkaar, mede mogelijk gemaakt door het Udenfonds en regionale bedrijven.

Vragen, bel 06 14 47 70 00 Anneke Fontein, projectondersteuner.



UDENSE  UITDAGING

overons
socially connected