



Meer weten & aanmelden?

Je kunt je op verschillende manieren aanmelden voor de Krachtgroep. Dit kan online of via het algemeen telefoon nummer van Farent, bij de spreekuren in de wijk en via je maatschappelijk werker. Tijdens het aanmeldgesprek bespreken we of de Krachtgroep bij je past. De Krachtgroepen worden zowel overdag als 's avonds aangeboden.

"Ik kreeg meer helderheid over de vraag die ik had en in wat ik zelf kon doen om mijn problemen aan te pakken."

Deelnemer Krachtgroep

Contact
bel (088) 023 75 00
of ga naar www.farent.nl



**Voor
cliënten**



Sterker door de Krachtgroep

Wat is een Krachtgroep?

In de Krachtgroep breng je samen met andere deelnemers in kaart hoe je situatie eruit ziet. Van daaruit ga je kijken welke vraag je als eerste aan gaat pakken. Je leert hoe je zelf en samen met mensen uit je omgeving aan een oplossing kunt werken. Je ontdekt je eigen kwaliteiten en leert hoe je je probleem op een andere manier aan kunt pakken. Dit doe je onder begeleiding van twee maatschappelijk werkers.

Waarom deze groep?

Door de Krachtgroep leer je om met andere ogen naar je situatie te kijken en kun je ervaringen met anderen delen. Dit geeft motivatie en vertrouwen en helpt je om een antwoord op je vraag te vinden. Je gaat zelf, met ondersteuning van andere deelnemers en de maatschappelijk werkers, aan de slag met het maken van jouw plan. Je leert zelf oplossingen te vinden. Die ervaring neem je mee voor de rest van je leven.

“Wat was het fijn om te merken dat ik niet de enige was. We konden elkaar echt verder helpen.”

Deelnemer Krachtgroep



Voor wie is de Krachtgroep?

De Krachtgroep is er voor mensen die in het dagelijks leven te maken krijgen met een probleem of uitdaging. Het kan hierbij gaan om relatieproblemen, de verwerking van ingrijpende gebeurtenissen, financiële problemen en kwesties rond huisvesting, werk of school, gezondheid of eenzaamheid. Eigenlijk kun je met bijna alle vragen aan de Krachtgroep deelnemen. Je moet wel 18 jaar of ouder zijn en de Nederlandse taal spreken.

Vier bijeenkomsten

De Krachtgroep duurt vier weken. In die periode kom je één keer per week bij elkaar. Elke bijeenkomst duurt tweeënhalf uur. De bijeenkomsten worden begeleid door

twee maatschappelijk werkers. Wat je deelt in de groep is vertrouwelijk. Er worden duidelijke afspraken gemaakt over privacy.

Vervolg op de Krachtgroep

Veel mensen kunnen na afloop van de vier bijeenkomsten zelf verder met het aanpakken van hun probleem of uitdaging. Als je na afloop van de Krachtgroep behoefte hebt aan verdere ondersteuning helpen onze maatschappelijk werkers je hierbij.