

Cursusaanbod Cursuscentrum

Gezondheid



Mijn gezondheid

- Gezond leven
- Ouder worden

Hygiëne

- Persoonlijke hygiëne
- Hygiëne op het werk

Duurzaamheid

- Escapegame
- Workshop

Veiligheid

- Brandveiligheid
- Ongelukken voorkomen
- EHBO

Meedoen



Zeggenschap

- Cliëntenraad
- Secretaris
- Wet zorg en dwang
- Dit vind ik ervan!

Contact met anderen

- Sociale vaardigheden
- Ken/ vergroot je netwerk
- Vriendschap
- Samenwerken / Een goede buur
- Vriendschap, relaties en seks
(via trainers Intimiteit en seksualiteit)

Mediawijsheid

- Sociale media
- Telefoongebruik

Weerbaarheid en emoties

- Zelfvertrouwen
- Gevoelens
- Voor jezelf opkomen/ grenzen aangeven
- Mindfulness (lekker in je vel)
- Omgaan met spanningen

Zelfstandiger worden



Vaardigheden

- BOL
- KEI-opleiding
- Sterk! Training
- Praktijkleren
- Een professionele werkhouding
- Presenteren
- Solliciteren
- Budgetteren

Zelfstandig reizen

- Veilig lopen
- Veilig fietsen
- Reizen met openbaar vervoer

Verhuizen

- Verhuisboek
- Workshop verhuizen