

## Informatie Sova training 18+

---

Deze training heeft als doel je sociale en communicatieve vaardigheden te verbeteren. Je leert om makkelijker contact te leggen, beter te verwoorden wat je bedoelt en om hulp te vragen en complimenten te geven of te ontvangen. Op deze manier wordt je zelfverzekerder en kun je jezelf beter uiten. We gaan samen oefenen in een veilige omgeving.

### Onderwerpen zijn:

- Contact leggen
- Gesprekken voeren
- Hulp vragen
- Complimenten
- Omgaan met kritiek
- Gevoelens
- Assertiviteit

Aanmelden via:	kennisbank@autismepunt.nl
Aantal keer:	1 intake+ 12 bijeenkomsten + 1 evaluatie
Frequentie:	Eén keer per week (m.u.v. vakantie en feestdagen)
Start:	14 januari 2019
Dag en tijdstip:	Maandagavond 18.00-19.30 uur
Groepen maximaal:	6 tot 8 deelnemers (groep gaat door bij minimaal 4 deelnemers)
Locatie:	Lupinestraat 14, 5614 GM Eindhoven
Prijs:	Kan betaald worden vanuit ZIN/PGB of door zorgverzekeraar.
Belasting:	opdrachten om in de thuis/school/werksituatie te oefenen
Trainers:	Nikki Berkvens Tel: 06-37176860 Myrte Schrurs Tel. 06-37142093