

Een samenwerkingsproject van:

Riagg Preventie
Stationsplein 2
3112 HJ SCHIEDAM
☎010 - 4453 497

Riagg Preventie

Stichting Elckerlyc
Schiedamsseweg 34
3134 BL VLAARDINGEN
☎010-4355000
Postbus 4161
3130 KD VLAARDINGEN



Maatschappelijke Dienstverlening
Nieuwe Waterweg
Parallelweg 2
3131 DG VLAARDINGEN
☎010 – 4351022



**Herkent u dit?
Heeft u een relatie
(gehad) met een man die
snel jaloers is, die zowel
charmant
als afwijzend kan
zijn, vaak zijn wil aan u
oplegt en u wel eens
slaat, of zegt dat hij dat
gaat doen?
Voelt u zich vaak
niet gewaardeerd, bent u
wel eens bang of voelt u
zich geïntimideerd?
Heeft u het gevoel dat u
vergeleken
met vroeger niets
meer kunt, onzekerder
bent, nergens meer zin
in
hebt, vaak iets doet of
juist achterwege laat om
maar geen ruzie te
krijgen en hoopt dat het
ooit zal verbeteren?
Bent u bang dat
u misschien weer in zo'n
relatie terecht komt?
Dan is deze training
misschien iets
voor u.**

Voor wie bedoeld?

De empowermenttraining is bedoeld voor vrouwen die te maken hebben (gehad) met geweld in hun relatie. Onder geweld verstaan we lichamelijk geweld (zoals slaan of schoppen), geestelijk geweld (hij speelt de baas over u, vernedert of bedreigt u) of seksueel geweld (gedwongen worden tot seks).

Aan de training kunnen vrouwen (20-60 jaar) deelnemen die:

- nog in de geweldssituatie zitten;
- in het recente verleden een relatie hadden met een mishandelende man.

Wat komt er aan de orde?

In de training komen de volgende onderwerpen aan de orde:

- hoe ontstaat geweld?
- hoe kan de spiraal van geweld doorbroken worden?
- welke boodschappen over relaties heeft u meegekregen?
- schaamte- en schuldgevoelens;
- doorbreken van het isolement;
- het verbeteren van sociale vaardigheden zoals het leren grenzen stellen en opkomen voor uzelf.

De ervaring leert dat geweld niet vanzelf stopt. Toch betekent deelnemen aan deze training niet automatisch dat u moet weggaan bij uw partner of scheiden. Belangrijk uitgangspunt van deze training is wel dat het geweld stopt. De training is ook bedoeld voor vrouwen die in het recente verleden een relatie hadden met een mishandelende man en willen voorkomen dat ze weer te maken krijgen met huiselijk geweld.

De cursus brengt vrouwen die te maken hebben (gehad) met elkaar in contact; in de groep zult u steun van elkaar ervaren.

Praktische informatie

De empowermenttraining bestaat uit elf bijeenkomsten van twee uur. De cursus wordt gegeven in Schiedam en in Rotterdam.

Voor de precieze cursusdata van de eerstvolgende cursus kunt u contact opnemen met het secretariaat van Riagg Preventie.

Er zijn ongeveer tien deelnemers per cursus. De cursus wordt gegeven door twee vaste begeleiders.

Aanmelding en kennismakingsgesprek

Aanmelding kan zowel per e-mail, als schriftelijk met bijgevoegd aanmeldingsformulier, als telefonisch op ☎ 010-4 453 497.

Na aanmelding wordt er contact met u opgenomen om een afspraak te maken voor een kennismakingsgesprek. In dit gesprek wordt gekeken of de training goed bij uw behoeften aansluit.

Kosten

Aan deze cursus zijn geen kosten verbonden.

Informatie

Voor meer informatie of vragen kunt u telefonisch contact opnemen met het secretariaat van Riagg Preventie ☎ 010-4453 497 of u kunt een e-mail sturen naar: preventie@riaggrijnmond.nl

Dit project is tot stand gekomen door een bijdrage van het ministerie van Sociale Zaken en Werkgelegenheid/ Directie Coördinatie Emancipatiebeleid.