

RIBW Nijmegen & Rivierenland

Voor vrouwen, door vrouwen

Ben jij een vrouw en heb je te maken gehad met huiselijk geweld en wil op een laagdrempelige manier stil willen staan bij herstel, veiligheid, eigen regie en toekomst? Dan is deze groep wellicht iets voor jou!

Voor vrouwen, door vrouwen gaat niet om crisisinterventie of therapie. Heb je op dit moment acute hulp of veiligheid nodig? Neem dan contact op met bijvoorbeeld Veilig Thuis, Moviera of je huisarts.

In acht bijeenkomsten staan we samen stil bij thema's zoals:

- herstel en het vergroten van eigen regie
- bewustwording en het versterken van je veiligheidsgevoel
- onderlinge herkenning en erkenning
- empowerment en toekomstgericht denken

Leven na een relatie waarin huiselijk geweld speelde kan ingewikkeld, eenzaam en verwarrend zijn. Je weg opnieuw vinden kost soms tijd. Tijdens de bijeenkomsten kijken we steeds vanuit een ander thema naar waar jij nu staat, wat jou kan helpen om meer helderheid en grip te krijgen, en wat jou kan versterken in jouw proces. De nadruk ligt op bewustwording, steun, hoop en het versterken van eigen regie.

Vooraf plannen we een kennismakingsgesprek om samen te kijken of dit het juiste moment is om deel te nemen en of deelname veilig en passend is voor jou en voor de groep. We nemen binnenkort contact met je op om dit gesprek in te plannen.

Praktische informatie

Wanneer: donderdag 21 januari 2027 in Nijmegen van 13:30 tot 15:30, tweewekelijks: 4 februari, 18 februari, 4 maart, 18 maart, 1 april, 15 april, 29 april.

Locatie: LUMEN Vrijplaats voor Herstel. Kerkenbos 1103a, 6546 BC Nijmegen

Aanmelden of vragen?

Wil je meedoen aan de cursus Voor vrouwen, door vrouwen? Schrijf je dan direct in.

Meld je aan voor Voor vrouwen, door vrouwen

Of heb je nog een vraag over de cursus? Neem dan contact op met LUMEN.

Gegevens

LUMEN Vrijplaats voor Herstel
Kerkenbos 1103a
6546 BC Nijmegen

T: 06 15 48 21 93 | 088 382 24 51

E: lumen@ribw-nr.nl

