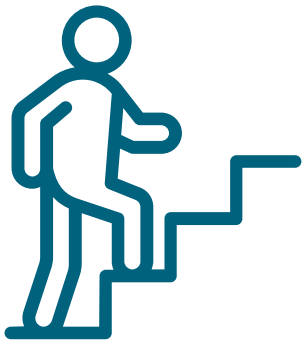
Training
Plannen & organiseren

Maandag 2 & 16 juni 2025
15.00 tot 16.30 uur. De inloop is vanaf 14.45 uur.
Buurtteam Oost, Biltstraat 333, Utrecht

Doel:
In twee bijeenkomsten leer je hoe je je week beter kunt plannen en je jezelf kunt helpen om tot uitvoer van je activiteiten te komen. Je stelt een haalbare weekplanning op, leert prioriteiten stellen en tijd realistisch inschatten. Ook biedt de training handvatten die je kunt gebruiken om uitstelgedrag tegen te gaan.

Wat gaan we doen?
1. Een realistische weekplanning maken.
2. Handvaten uitproberen om uitstelgedrag tegen te gaan.



Voor wie
Voor studerende of werkende inwoners vanaf 25 jaar oud.

Heb je interesse?
Deelname is **gratis**. Je kan je per e-mail opgeven tot 19 mei 2025 bij: t.dejong@sociaal.buurtteamsutrecht.nl of k.vanleijen@sociaal.buurtteamsutrecht.nl

Deze training geven we in samenwerking met JADOS

Iedereen kan soms hulp gebruiken
buurtteamsutrecht.nl

BUURTTEAM