

ROTS EN WATER TRAININGEN
**SOCIALE VAARDIGHEDEN
EN WEERBAARHEIDS
TRAINING**

VOOR JONGEREN UIT
HET 1STE - 4DE MIDDELBAAR

Kostprijs: Gratis

Aanmelden: aanmelden kan online via
[groei-coachingpraktijk.be/kinderen-jongeren/
rots-water](http://groei-coachingpraktijk.be/kinderen-jongeren/rots-water)

Meer info: Heb je na het lezen van deze folder nog
vragen? Of twijfel je of dit aanbod iets voor jou is?
Neem dan gerust contact op met Lotty Denoo:
0495 40 17 14

Inschrijven kan via volgende qr-code:





Deze training is bedoeld voor jongeren van het 1ste-4de middelbaar die extra ondersteuning nodig hebben bij bepaalde vaardigheden zoals zelfvertrouwen, assertiviteit, samenwerken...

Rots en Water is een weerbaarheidstraining. Je leert wanneer je voor jezelf moet opkomen en wanneer je je beter ergens kunt bij neerleggen. Het is niet altijd makkelijk om je eigen grenzen aan te geven en die van anderen te respecteren.

Mogelijke thema's of doelstellingen die aan bod kunnen komen:

- Sterker in je schoenen staan
- Zelfvertrouwen en vertrouwen in de ander
- Eigen grenzen aangeven
- Grenzen van een ander leren respecteren
- Samenwerken
- Opkomen voor jezelf
- Rekening houden met een ander
- Nadenken over wat je wel en niet wilt en hoe je dit duidelijk kunt maken

Begeleiding door Lotty Denoo en Maaïke Tyvaert.

Locatie

Traject 1

Prizma Campus College

Burgemeester Vandenbergelaan 53
8870 Izegem

Traject 2

Campus Bellevue

Bellevuestraat 28
8870 Izegem

Tijdstippen

Traject 1

woensdagen van 16u30 – 18u:

06/11, 13/11, 20/11, 27/11, 04/12, 08/01,
15/01 en 22/01

Traject 2

woensdagen van 16u30 – 18u:

23/04, 30/04, 07/05, 14/05, 21/05, 28/05,
04/06 en 11/06