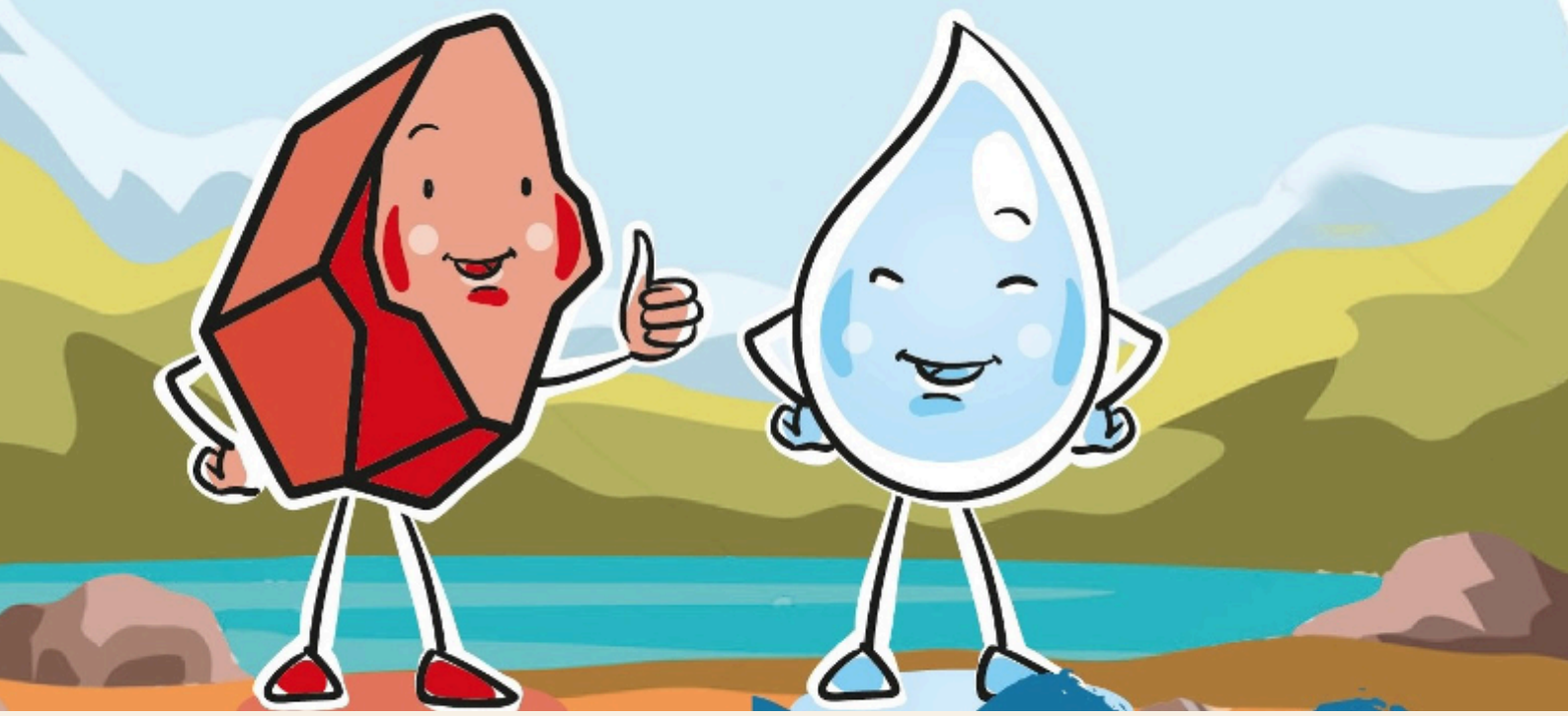

ROTS & WATER LESSENREEKS

PSYCHOFYSIEKE SOCIALE COMPETENTIE TRAINING VOOR KINDEREN

wanneer
12 donderdagen 16u30-17u30:
6/11, 13/11, 27/11, 4/12, 18/12, 8/1, 15/1, 22/1, 29/1, 5/2, 12/2,19/2

voor wie
kinderen van eerste leerjaar t/m derde leerjaar (schooljaar '25-'26) die nood hebben aan:

- meer zelfvertrouwen en weerbaarheid
- beter leren omgaan met emoties en spanning
- het versterken van sociale vaardigheden (bv. vriendschappen maken, samenwerken, grenzen aangeven en respecteren)
- leren rustig en geconcentreerd te blijven in uitdagende situaties (bv. omgaan met fysieke en/of mentale druk)
- ...

waar
Praktijk Equilibris
Jozef Hermanslei 69, 2640 Mortsel

prijs
€240 voor de volledige lessenreeks

door wie
de lessenreeks wordt gegeven door Marilyn Iserief, kinderkinesitherapeute met specialisatie in psychomotorische therapie

meer info/inschrijvingen
stuur mailtje naar marilyn.kinderkine@gmail.com

equilibris

WAT IS ROTS EN WATER?

Rots en water is een psychofysieke sociale competentie training die kinderen helpt hun sociale en emotionele vaardigheden te versterken, via lichaamsgerichte en ervaringsgerichte oefeningen.

Het Rots & Water-programma richt zich op het vergroten van zelfbewustzijn, zelfvertrouwen en het vermogen om positief met anderen om te gaan. Kinderen ontdekken spelenderwijs hun eigen kracht en leren tegelijk samenwerken, communiceren en grenzen (her)kennen, zowel die van henzelf als van anderen.

Betekenis van Rots en Water

- Rots staat symbool voor zelfvertrouwen, zelfstandig keuzes maken, zelfbeheersing, doelgericht handelen, aangeven van grenzen, trouw blijven aan jezelf, durven en doen...
- Water staat voor verbinding, kunnen luisteren, samenwerken, communiceren, respect hebben voor de grenzen van een ander...

In de lessen verkennen we beide houdingen en leren we hoe je hierin een goede balans kunt vinden. Stevig staan in wie je bent én openstaan voor de ander.

Praktische info over deelname

- De reeks bestaat uit 12 lessen en kan enkel volledig gevolgd worden (je kan dus geen losse lessen boeken). We raden maximale aanwezigheid sterk aan om het meeste uit de lessen te halen. Samen bouwen we aan een veilige groep waarin elk kind zich goed voelt.

- Na inschrijving en voor de start van de lessenreeks is er de mogelijkheid om een kort en gratis online kennismakingsgesprek te plannen (ongeveer 10 a 15 minuten). Tijdens dit gesprek maken we even kennis en bespreken we kort de noden of verwachtingen voor jouw kind.

- nog vragen / bedenkingen? contacteer me gerust: marilyn.kinderkine@gmail.com

- De lessen gaan door vanaf 6 inschrijvingen.

ALS JE LICHAAM AANVOELT ALS EEN HUIS
VOEL JIJ JE ALTIJD EN OVERAL THUIS