

DOELGROEP

Jongeren in het secundair onderwijs.



DATA

1 online infomoment, via Teams:

Maandag 9 januari 2023

7 sessies op donderdagavond:

✓ 12 - 19 - 26 januari 2023

✓ 2 - 9- 16 februari 2023

✓ 2 maart 2023

Telkens van **17u00-18u30** in de **Kommel**

Gen. Maczekplein 28, 700Tielt

Deze training kwam tot stand, dankzij de samenwerking met:



HUIS VAN HET **KIND**



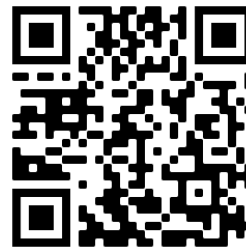
Tijdens deze training krijgen jongeren inzicht in de:

Rots kwaliteiten:

- ♥ Voor jezelf opkomen
- ♥ Je grenzen op een positieve manier aangeven
- ♥ Steviger in je schoenen staan
- ♥ Vertrouwen in jezelf

Water kwaliteiten:

- ♥ Meer rust krijgen in je hoofd of lichaam
- ♥ Mee bewegen met de ander
- ♥ Respect hebben voor de grenzen van de ander
- ♥ Samen spelen en samen werken
- ♥ Jezelf of jouw idee aanpassen i.p.v. vasthouden aan je idee



Praktijk voor integratieve gezondheidszorg

InJekrAcht!

Klinisch psychologe, creatief therapeute Marjolein Devriendt

Erkend door de psychologencommissie: 812110620
Visumnummer: 810324-338-82 Rizivnummer: 7-01965-24-000
Ondernemingsnummer: 084115460

Actieve sociale competentietraining



Een **psychofysieke sociale competentietraining** voor jongeren op basis van de principes van **Rots en water**.

Jongeren leren voor zichzelf zorgen in relatie tot de ander, met respect voor zichzelf en de ander.

Deze weerbaarheidstraining bestaat uit ervaringsmomenten voor de jongeren én een info-oudermoment. Er is ook één individueel vervolgesprek, inbegrepen.

