EXPERTISE CENTRUM
SOCIAAL WERK

De Rots en Water training
Sociaal-emotionele ontwikkeling voor jongens en meisjes

Een actieve weerbaarheidstraining met veel speelse uitdagende fysieke oefeningen. Een rots staat voor kracht en stevig staan en water staat voor communicatie en vriendschap. Door actief bezig te zijn ervaren de deelnemers direct effect van hun houding en handelen. Er wordt gewerkt aan het vergroten van sociale vaardigheden, weerbaarheid, zelfkennis en zelfvertrouwen.

Wat is de rots en water training?

De training richt zich op

- Het eigen gedrag beter leren begrijpen en sturen, met begrippen als Rots en Water.
- Zelfbewuster in het leven te staan
- Herkennen van de eigen emoties
- Herkennen van de eigen kracht en dit positief in kunnen zetten
- Omgaan met spanning en spannende situaties
- Eigen grenzen aanvoelen
- Doorzetten en concentreren
- Het eigen gedrag beter leren sturen met begrippen als Rots en Water

Voor wie is het bedoeld?
Voor meisjes en jongens in de leeftijd vanaf acht jaar én op het basisonderwijs.

Wat verder belangrijk is om te weten
Aantal bijeenkomsten: 8
Aantal deelnemers: 10-12

Na aanmelding en voor de start van de groep vindt er een kennismakingsgesprek plaats met de trainers.

Informatie en aanmelding
Wilt u meer informatie over deze groep of wilt u uw kind aanmelden, bel dan met MEEVivenz: telefoonnummer 088 123 7000.

Ook kunt u uw kind aanmelden via info@expertisecentrumsociaalwerk.nl o.v.v. ‘Rots en Water .