

# ROTS & WATER

Een weerbaarheidstraining voor kinderen waar je leert door te **doen** en te **ervaren!**

In de Rots & Water groepstraining gaan we op een actieve en laagdrempelige manier, samen met leeftijdsgenoten, op zoek naar:

- Hoe je **weerbaar** kunt zijn als een rots en **buigzaam** kunt zijn als water.
- Wat **je grenzen** zijn, hoe je ze kunt aangeven en hoe je ze kunt verdedigen.
- Hoe je je **lichaamsbewustzijn** kunt verhogen om meer vat te krijgen op je omgeving.



## Praktische info

### VOOR WIE

Meisjes en jongens van de 2de en 3de graad

### WANNEER

5 opeenvolgende woensdagen van **14u30 tot 16u00**

- 1) 07/05/2025
- 2) 14/05/2025
- 3) 21/05/2025
- 4) 28/05/2025
- 5) 04/06/2025

Individuele terugkoppeling aan ouders op **donderdag 12/06** vanaf 19u00 (online)

### MEEBRENGEN

Gemakkelijke/sportieve kledij  
Drinkbus met water

**KOSTPRIJS = GRATIS**

## Inschrijven

Via deze link:

<https://forms.gle/gr8Eb7oKHDMtt7ed6> 

Voor meer informatie kun je terecht bij:  
Goele Vanhove - klinisch psychologe  
goelevanhove@gmail.com of  
0494/22 17 26



## LOCATIE

Provinciale Kunsthumaniora Hasselt  
(PIKOH)  
Gouverneur Verwilghensingel 3  
3500 Hasselt