

Project 0180



**Weerbaarheidstraining
voor kinderen die een extra
duwtje in de rug nodig hebben.**

Project 0180

Dit project biedt weerbaarheidstraining voor degenen die dit nodig hebben. We werken in kleine groepen aan aspecten als zelfvertrouwen, zelf oplossend vermogen, discipline, sociale vaardigheden, herkennen van eigen gedragspatronen en maatschappelijk gewenst gedrag. Dit doen we door een combinatie van coaching en sport aan te bieden. Het project is voor kinderen van 8 tot 16 jaar, waarbij er ook een speciale inloop is voor meiden.



Cognitief

We leren de kinderen hoe ze zelf grip kunnen krijgen op hun problemen, zichzelf en hun omgeving leren begrijpen, hun mening durven geven, omgaan met conflicten en kritiek geven en ontvangen.

Fysiek

Bewegen is een belangrijke uitlaatklep voor spanningen en emoties. Ze leren bovendien dat ze emotioneel én fysiek meer aan kunnen dan ze denken, waardoor hun zelfvertrouwen en veerkracht toeneemt.

Waar & wanneer?

De Loods Ridderkerk
P.C. Hoofdstraat 4a, 2985 BK Ridderkerk

Dinsdag (Girls Only 8 tot 12 jaar)

15:30 tot 16:30 uur

Woensdag (8 tot 10 jaar)

14:30 tot 15:30 uur

Woensdag (10 tot 12 jaar)

15:30 tot 16:30 uur

Woensdag (12 tot 16 jaar)

18:30 tot 19:30 uur

Let op: in de schoolvakanties is er geen Project 0180.

**Deelname
is gratis**

Meer informatie of aanmelden

Neem dan contact op met ons!

Natasja Dits & Terry Wisse

0180 – 432 350

project0180@facetridderskerk.nl

Of bekijk de website

