

Boostcamp

Type

Groepsaanbod

Startdatum

26/04/2025 - 17/05/2025

Locatie

Veldegem, Kerk, 8210 Zedelgem, Belgium

Door

Iris Ranson

Devolder Els (Externe partner)

Vicky Sevenhant (Externe partner)

Praktische info

Datums

26 april 2025 - 13:30 - 15:00

03 mei 2025 - 10:00 - 11:30

17 mei 2025 - 10:00 - 11:30

Prijs

Prijs voor groepsaanbod en kampen:

0-23 jaar = gratis

Aantal sessies

3

Duur sessies

90

Voor wie

Jongeren uit het eerste en tweede middelbaar

Hulp bij

Angstgevoelens, Assertiviteit, Eenzaamheid, Faalangst, Hyperventilatie / paniekaanvallen, Identiteit, Lichaamsgericht, Perfectionisme, Piekeren, Psychosomatische klachten, Sociale vaardigheden, Stress, Zelfbeeld

Inhoud

Boost de skills en het welbevinden van je tiener met drie topworkshops!

Tijdens drie middagen vol fun, werken we onder begeleiding van een klinisch orthopedagoog Iris Ranson van Praktijk 't Nest aan sociale vaardigheden, assertiviteit, uitdaging, emotieregulatie en nog veel meer. En dat terwijl de jongeren het zelf bijna niet merken. Want de nadruk ligt op de activiteiten en het plezier dat ze eraan beleven. We proberen verschillende dingen uit. Wie weet hebben ze dankzij 'Level up!' onverwacht een nieuwe hobby te pakken?

Inschrijven kan apart of voor de hele cursus.

Workshops :

- **Workshop Survival**
  Zaterdag 26 april van 13.30 tot 15 uur
  Veltemweg 35, 8310 Brugge
- **Workshop Creatief aan de slag met de natuur**
  Zaterdag 3 mei van 10 tot 11.30 uur
  Vloethemveld 10a, 8210 Zedelgem
- **Workshop Yoga**
  Zaterdag 17 mei van 10 tot 11.30 uur
  Grote zaal in Dienstencentrum Veltershof - Koning Albertstraat 11, 8210 Zedelgem

Contact en inschrijven

E-mailadres
iris@praktijk-tnest.be

Inschrijven
https://www.cm.be/nl/toepassingen/cm-gezondheidsacademie?fbclid=IwY2xjawI_rqdleHRuA2FlbQIxMAABHcm1e64Y_CJofq7PwTq8MgE7xOk1OVAAKheqayLfYFpMTX

Meer info op elpen.be
https://www.elpen.be/initiatieven/boostcamp