

# Surf je Sterk! – Golven pakken en je kracht ontdekken.

Type

Groepsaanbod

Startdatum

**22/04/2026 - 24/06/2026**

Locatie

Halvemaandijk 4, 8400 Oostende, Belgium (Outsider Coast - Phare East)

Door

Liselotte Oyen

DeWolf Oliver (Externe partner)

## Praktische info

Datums

22 april 2026 - 17:00 - 19:30

29 april 2026 - 17:00 - 19:30

11 mei 2026 - 17:00 - 19:30

27 mei 2026 - 17:00 - 19:30

03 juni 2026 - 17:00 - 19:30

24 juni 2026 - 17:00 - 19:30

Prijs

**Prijs voor groepsaanbod:**

0-23 jaar = gratis

Aantal sessies

6

Duur sessies

150

Voor wie

Dit initiatief is bedoeld voor kinderen van 12 tot 15 jaar die willen groeien in zelfvertrouwen, weerbaarheid en veerkracht. Het is er voor jonge avonturiers die soms worstelen met spanning, onzekerheid, faalangst of sociale uitdagingen, maar ook voor kinderen die gewoon sterker in hun schoenen willen staan – op school, thuis en in hun vriendschappen.

Hulp bij

Lichaamsgericht, Stress, Agressiebeheersing, Angstgevoelens, Boosheid, Depressie

Bereikbaarheid

Gratis parking

## Inhoud

**Surf je sterk!** is een avontuurlijk traject voor kinderen van 12 tot 15 jaar, waarbij surfen wordt ingezet om te werken aan weerbaarheid en veerkracht. Tijdens actieve sessies op het strand en in de zee leren deelnemers hun grenzen kennen én verleggen, samenwerken, en vertrouwen op zichzelf en anderen. Ze ontdekken hoe ze met spanning, tegenslag en verandering kunnen omgaan – op de plank én daarbuiten. Verwacht plezier, uitdaging en groei met elke golf!

## Contact en inschrijven

E-mailadres

liselotte.oyen@gmail.com

Meer info op elpen.be

https://www.elpen.be/initiatieven/surf-je-sterk-golven-pakken-en-je-kracht-ontdekken-2