

Rots & Water - Sterk in contact met jezelf en anderen (Roeselare, september 2026)

Type

Groepsaanbod

Startdatum

12/09/2026 - 24/10/2026

Locatie

Arme-Klarenstraat 55, 8800 Roeselare, Belgium (Unizo)

Door

Nele De Backer

Lieselot Strynck (Externe partner)

Praktische info

Datums

12 september 2026 - 08:30 - 10:15

19 september 2026 - 08:30 - 10:15

26 september 2026 - 08:30 - 10:15

03 oktober 2026 - 08:30 - 10:15

10 oktober 2026 - 08:30 - 10:15

17 oktober 2026 - 08:30 - 10:15

24 oktober 2026 - 08:30 - 10:15

Prijs

Deze training wordt aangeboden binnen het kader van de **Eerstelijnspsychologische Zorg (ELP)** en is daardoor **gratis voor deelnemers dankzij de terugbetaling via het RIZIV**.

Aantal sessies

7

Duur sessies

105

Voor wie

Deze training is bedoeld voor kinderen uit het **1ste tot en met het 3de leerjaar** die willen groeien in zelfvertrouwen, weerbaarheid en sociale vaardigheden.

Hulp bij

Assertiviteit, Sociale vaardigheden, Conflicten, Gedragsproblemen, Lichaamsgericht, Pesten, Zelfbeeld, Zelfzorg

Bereikbaarheid

Gratis parking, Met de bus

Inhoud

Rots en Water is een actieve en speelse training waarin kinderen leren hoe ze op een krachtige en respectvolle manier met anderen kunnen omgaan. Want elke dag maken we keuzes: kom ik op voor mezelf of luister ik naar de ander? Blijf ik bij mijn standpunt of beweeg ik mee? In Rots en Water ontdekken kinderen dat er niet één juiste reactie bestaat, maar dat je altijd kunt kiezen wat in een situatie het beste werkt.

Alles vertrekt vanuit een sterke basis: vertrouwen in jezelf. Door letterlijk en figuurlijk stevig te leren staan, groeien kinderen in zelfvertrouwen en leren ze vertrouwen op hun eigen gevoelens, gedachten en kwaliteiten.

Vanuit die kracht werken we aan belangrijke sociale vaardigheden. Kinderen leren:

- op een respectvolle manier voor zichzelf opkomen;
- hun grenzen herkennen, aangeven en bewaken;
- rekening houden met de grenzen van anderen;
- luisteren, samenwerken en communiceren;
- omgaan met meningsverschillen en conflicten;
- bewuste keuzes maken in sociale situaties;
- sterker en rustiger reageren op moeilijke momenten.

De **rots** staat voor kracht, zelfvertrouwen en weerbaarheid: weten wat je wilt, durven zeggen wat je denkt en opkomen voor jezelf.

Het **water** staat voor flexibiliteit, verbinding en samenwerking: kunnen luisteren, rekening houden met anderen en meebewegen wanneer dat nodig is.

Tijdens de training oefenen we vooral door te doen, te ervaren en samen te ontdekken. In een veilige groep krijgen kinderen de kans om te experimenteren, succeservaringen op te doen. **Zo groeien kinderen in zelfvertrouwen, weerbaarheid en sociale vaardigheden, zodat ze sterk in contact kunnen staan met zichzelf én met anderen.**

Contact en inschrijven

E-mailadres

kindercoachnele@gmail.com

Inschrijven

https://www.coachnele.be/contact/

Meer info op elpen.be

https://www.elpen.be/initiatieven/rots-water-sterk-contact-met-jezelf-en-anderen-roeselare-september-2026