



ZooSamen

Samen op emotiesafari- 'Zoo'veel Emoties

INHOUD

Tijdens deze meerdaagse gaan we op een speelse en veilige manier op ontdekking in onze eigen gevoelswereld. We leren emoties beter herkennen, begrijpen en benoemen. Samen ontdekken we dat alle gevoelens er mogen zijn en dat emoties ons iets willen vertellen.

We gaan aan de slag met praktische tools om met uitdagende gevoelens om te gaan. Zo leer je signalen van je lichaam herkennen en tot rust te komen wanneer emoties hoog oplopen.

Daarnaast oefenen we sociale vaardigheden zoals luisteren naar jezelf én naar anderen, gevoelens uiten op een respectvolle manier en hulp vragen wanneer dat nodig is. We staan ook stil bij je eigen talenten en sterktes, zodat je meer vertrouwen in jezelf en je eigen mogelijkheden ontwikkeld.

DOELSTELLINGEN

- Emoties leren kennen, herkennen en uiten.
- Ga met meer zelfvertrouwen en veerkracht om met uitdagende situaties.
- Je ontdekt dat je niet alleen bent en dat je samen kunt groeien.

WANNEER

Het groepsaanbod bestaat uit 3dagen van 08:30-15:30 en gaat door op 25/26/27-08-2026

PRAKTISCH

15 euro via ELP: meerdaagse van 3 dagen

Locatie: Kids&Zoo Keizerstraat 16- 8790 Waregem

Lesgevers: Lise Lietaer kinderpsycholoog & Yasmine Rombout klinische orthopedagoog

INSCHRIJVEN → Info@kidsenzoo.be

ELPEN
.be

kids & zoo