

Kempen wandelt voor meer *vleer*kracht!

3 oktober 2026

Warme William audiowandeling + gratis workshops

Wandel mee met Warme William

Voer onderweg opdrachten uit en ontdek wat het betekent om een echte vriend te zijn!

De wandeling bestaat uit 8 luisterfragmenten en doe-opdrachten.

Workshops

Workshop 1 - Interactieve workshop voor 8 - 12 - jarigen

Tijdens deze workshop ontdekken kinderen

- 👂 hoe ze écht naar iemand kunnen luisteren
- 💬 hoe ze kunnen vertellen wat ze voelen
- ❤️ hoe ze gepast kunnen reageren wanneer een vriend het moeilijk heeft
- 👐 hoe ze hulp kunnen vragen en hun grenzen kunnen aangeven

<https://www.groepspraktijkcorbeille17.be/groepstraining-sociale-vaardigheden.html>

Workshop 2 - Ouder - kind sessie Rots en Water voor 10 - 12 - jarigen

In deze sessie leer je samen met je kind, al spelenderwijs hoe je stevig in je schoenen kan staan en je weerbaar kan opstellen, vanuit een rustige houding en met respect voor de ander.

<https://www.rollendvierkant.be/aanbod>



Workshop 3 - Box n Burn

Je krijgt meer controle over lichaam en geest, wat je zelfvertrouwen een boost geeft. Je leert je eigen grenzen beter kennen en je leert hoever je kan gaan. Ben je bijvoorbeeld heel verlegen? Dan kan boksen je juist helpen om in het dagelijkse leven vlugger op mensen af te stappen. Omdat je weet dat je jezelf kan verdedigen in een gevaarlijke situatie, ben je minder bang of angstig.

<https://box-n-burn.be/pages/lessen>



Locatie Beweegrout
Westmeerkbeek. Speeltuintje
achter de kerk.

10u Start Warme William
wandeling

Middag gratis lunch voor
deelnemers workshops

13u Keuze 3 workshops

Inschrijven via link of qr code
<https://forms.gle/rkjZWxd9GsDMF>
FgK7



#samenveerkrachtig is een gezamenlijk initiatief van Gezondheidsmakers, Vlaams Instituut
Gezond Leven en Te Gek!?, met steun van de Vlaamse Overheid.