10-13 JAAR

ROTS & WATER-TRAINING

In samenwerking met Rollend Vierkant organiseert Huis van het Kind 9 sessies Rots & Water. Telkens op **maandag** van **18:30 tot 20 u.** van **18 januari 2027 t.e.m. 22 maart 2027**.



ROTS = Stevig in je schoenen staan en voor je mening durven opkomen



WATER = Respect voor de ander, rekening houden met elkaar en flexibel kunnen zijn

Beide zijn positieve eigenschappen, maar bij sommige kinderen is het **evenwicht uit balans**. In deze sessies leren kinderen spelenderwijs hoe ze stevig in hun schoenen kunnen staan en zich weerbaar opstellen, vanuit een **rustige houding** en met **respect voor de ander**.

Voor wie?

- 10 tot 13-jarigen (geboortejaren 2013 t.e.m. 2016)
  - die wonen / schoolgaan in Herselt, Hulshout of Westerlo
  - die het moeilijk vinden om **voor zichzelf op te komen**
  - die wegstuiven met slaande deuren als ze **iets niet kunnen of mogen** doen
  - die dingen doen die ze eigenlijk niet willen doen onder invloed van **groepsdruk**
  - die aangeven dat ze **niet klaar zijn** voor de overgang van lagere school naar het middelbaar

In deze en vele andere denkbare situaties kan Rots & Water-training helpend zijn.

- Meer **bewust worden** van lichamelijke signalen, lichaamstaal, spanning en ontspanning
- Omgaan met **stressvolle situaties** en manieren om hierop te **reageren**
- Op een positieve manier **grenzen stellen, aanvaarden** en **respecteren**
- **Zichzelf laten zien**

Infoavond ouders

Er is een **infoavond bij aanvang en einde** van de reeks, waar de **ouders van deelnemende kinderen verwacht** worden. Het is een grote meerwaarde om als ouder inzicht te krijgen in de training die jouw kind volgt.

- Infoavond aanvang reeks: donderdag 28 januari 2027 19:30 – 21:00 u.
- Infoavond einde reeks: donderdag 18 maart 2027 19:30 – 21:00 u.

Locatie: Zaal 'Blaberg', VTC De Mixx
Adres: Asbroek 1, 2230 Herselt

Samen worden we groot
HUIS VAN HET KIND
HERSELT - HULSHOUT - WESTERLO

Rollend Vierkant

provincie antwerpen
netwerk geestelijke gezondheid
voor kinderen en jongeren
pangg 0-18

Praktische info

Wie?	Kinderen geboren in 2013 t.e.m. 2016 Max. 10 deelnemers
Waar?	De trainingen gaan door in zaal 'dAsbroek van VTC De Mixx in Herselt
Wanneer?	Reeks van 9 sessies, telkens op maandagavond (NIET tijdens de krokusvakantie: 8 februari 2027) ⏰ 18:30 tot 20:00 u. 1. Maandag 18 januari 2027 2. 25 januari 3. 1 februari (NIET op 8 februari - onderbreking tijdens krokusvakantie) 4. 15 februari 5. 22 februari 6. 1 maart 7. 8 maart 8. 15 maart 9. 22 maart (Lindezaal)
Kostprijs	Gratis (Groepsaanbod erkend binnen PANGG-018 conventie eerstelijnspsychologische zorg)

Inschrijven

✍️ Inschrijven kan via info@huisvanhetkindregiowesterlo.be. 📧

Geef volgende info mee:

- Voornaam en familienaam van je kind:
- Geboortedatum en leeftijd:
- Rijksregisternummer:
- Telefoonnummer waarop we iemand kunnen bereiken tijdens de training:
- Thuisadres:
- Reden voor aanmelding / beetje uitleg over je kind:
- Met hoeveel personen zal je aanwezig zijn op de infoavond?

Samen worden we groot
HUIS VAN HET KIND
HERSELT - HULSHOUT - WESTERLO

Rollend Vierkant

provincie antwerpen
netwerk geestelijke gezondheid
voor kinderen en jongeren
pangg 0-18