



Gratis nieuwe workshops voor kinderen en jongeren over omgaan met emoties

- 'Ik ben ik' voor kinderen van 5 tot 8 jaar en hun ouders
Vanaf donderdag 16 januari 2025
- 'Eureka' voor kinderen van 9 tot 12 jaar
Vanaf donderdag 16 januari 2025

Gratis lezingen

- 'Emoties van en communicatie' met tieners op
maandag 31 maart 2025
- 'Faalangst' op dinsdag 20 mei 2025

Ik ben ik

“Ik ben ik en jij bent jij, laten we daar samen gelukkig over zijn”

Op een speelse en creatieve manier versterken kinderen hun zelfvertrouwen en leren ze omgaan met emoties, (faal)angst en prikkels. Ze ontdekken hoe ze positief kunnen denken en signalen van hun lichaam herkennen voor ontspanning. Ouders spelen hierbij een essentiële rol, met groepsessies en ouder-kind oefeningen die hen helpen hun kind te ondersteunen in een zelfverzekerde en veerkrachtige toekomst.

Voor kinderen van 5 tot 8 jaar en hun ouders

 9 sessies vanaf donderdag 16 januari 2025

 16.30u – 18u

 cc Binder
Ism Arnica

Eureka

“Wacht niet tot de storm voorbij is, leer dansen in de regen”

In kleine groep gaan we aan de slag met onze emoties, ervaringen en gedrag. We ontdekken samen wat helpend is en hoe we om kunnen gaan met al deze emoties. Daarnaast gaan we ook op een leuke manier aan de slag met ontspanningsoefeningen.

Voor jongeren tussen 9 en 12 jaar en ouders die hen hierbij willen ondersteunen

 9 sessies vanaf donderdag 16 januari 2025

 18.30u – 20u

 cc Binder
Ism Arnica

Nog meer?

In het voorjaar organiseert Huis van het Kind ook twee gratis lezingen over emotie en faalangst bij kinderen en jongeren.

- ‘Laat maar’, over emoties van en communicatie met tieners op maandag 31 maart 2025
- ‘Faalangst’ bij jongeren op dinsdag 20 mei 2025

Alle info over de sessies en lezingen vind je op
www.uitinpuurssintamands.be/huisvanhetkind