Geestelijke Gezondheids Zorg LIMBURG

GROEPSTRAJECT GELUKSTRAINING

Een leuk en leerrijk kampje voor kinderen waar ze leren door te doen en te ervaren!

- Wil je leren hoe stress juist werkt, en hoe je hier mee kan omgaan?
- Wil je over je gevoelens leren praten?
- Wil je tal van ontspanningsoefeningen uitproberen zodat je later zelf kan omgaan met spannende situaties?
- Wil je positief kunnen denken?

AANBOD VOOR KINDEREN VAN 9 TOT 12 JAAR
(4E - 5E - 6E LEERJAAR)



HOE DOEN WE DAT?

We gaan samen met een groepje leerlingen op een speelse, laagdrempelige en interactieve manier op zoek naar handvaten die je kunt gebruiken om zelf je geluk te vergroten. Dit doen we samen aan de hand van oefenmomenten en kringgesprekjes. Zo kunnen we ook van elkaar leren!
We starten telkens met een aantal leerrijke oefeningen. Hierna volgt er een pauze waarin we de leerlingen een stuk fruit aanbieden. Na de pauze spelen we samen spelletjes waarbij de link gelegd wordt met wat we reeds geleerd hebben.
Bij veel inschrijvingen organiseren we 2 groepen, eerste groep van 9-12u, tweede groep van 13u tot 16u. Geef je voorkeur door bij de inschrijving.

VOOR WIE?

Leerlingen uit het 4de, 5de en 6de leerjaar.
De groepstrainng kan doorgaan bij minumum 8 deelnemers.

WAAR WACHT JE OP?
LAAT VAN JE HOREN!

PRAKTISCH

Het groepsaanbod gaat door in de eerste week van de Paasvakantie: op 7-8-9 april (maandag - woensdag).

Uren: groep 1: 9u tot 12u, groep 2 13u tot 16u

Locatie: VCLB Bree, De Houborn 45, eerste verdieping

Kostprijs: eenmalig €5 per kind (voor het fruit tijdens de pauze), via overschrijving of contant te betalen bij aankomst.

CONTACT en INSCHRIJVING

Voor vragen of meer informatie, aarzel dan niet om contact op te nemen.

Dat kan via mail naar:

emilie.hendrikx@gmail.com

Inschrijven kan via deze link:

https://forms.gle/K2nageUvifgEvmFu7