



## Relax! Stralend jezelf sociaal-emotionele vaardigheidstraining 8 t/m 12 jaar

### IS JOUW KIND...

- Iemand die moeilijk kan ontspannen?
- Onrustig?
- Druk in het hoofd?
- Een kind dat weinig zelfvertrouwen heeft?
- Iemand die moeite heeft met het uiten van zijn emoties?



### DEZE TRAINING BIEDT:

- 2 oudergesprekken (telefonisch voor/achteraf)
- 7 bijeenkomsten 1,5 uur
- 1 terugkombijeenkomst 1,5 uur (laatste half uur ouder-kind)
- Werkmaterialen en ontspanningstools

### DETAILS

- Dinsdag 16.00u-17.30u
- start 3 november
- wekelijks
- In groepsverband (max. 6)
- Investering: €225,00

GENIETEN &  
BEWEGEN

EMOTIES &  
GRENZEN  
AANGEVEN

ONTSPANNEN &  
RUST IN HOOFD  
EN LIJF

ZELFVERTROUWEN &  
POSITIEF ZELFBEELD