



WORKSHOP DEMARREREN

VELO stelt voor “DEMARREREN” – het IK versterkend groepsaanbod!

Tijdens dit groepsaanbod zetten we in op een positief zelfbeeld en vergroten we het zelfvertrouwen. Iedereen voelt zich wel eens onzeker of niet goed genoeg, dat is normaal! Maar als je dit heel vaak denkt of het gevoel hebt niet goed genoeg te zijn, dan is DEMARREREN iets voor jou!

Je krijgt de kans om een succeservaring te beleven buiten je comfortzone én te leren omgaan met falen. Want wie durft te falen, durft te spelen. In een fijne en ontspannen sfeer creëer je vanuit je eigenheid. Je leert vanuit verbinding te vertrouwen op jezelf en anderen, aan de hand van speelse en uitdagende improvisatieopdrachten. Je traint jezelf om in het hier en nu te blijven en om met je lichaam en emoties een verhaal uit te drukken.

Een mooie basis om een positieve kijk op jezelf te ontwikkelen en meer zelfvertrouwen te krijgen, in een warme omgeving, onder leeftijdsgenoten.

Voor wie? jongeren van het eerste tot het derde middelbaar

Wanneer? elke weekdag van de krokusvakantie, van 10u tot 12u

Waar? CC De Ploter, Kerkstraat 1, 1742 Ternat

Kostprijs? GRATIS, met dank aan Yuneco!

VELO? Dat is een sterk duo met veel goesting. Een tandem met bagage. Samen willen we een plek creëren waar jongeren in groep zichzelf kunnen (her-)ontdekken. Met een rugzak vol pedagogie, psychologie, creatieve en dramatechnieken zit je goed voor een enthousiaste rit.

Aan de hand van groeps-workshops werken we rond thema's als eenzaamheid, onzekerheid, faalangst, weerbaarheid,....

In groep? Ja, want wij geloven in samen dragen!

Maak kennis met het team:

- Lien D'hoe, 0485/65.81.61
aan het stuur van de tandem, stippelt graag de route uit, als psycholoog en therapeut, creatieve duizendpoot en theateramateur.
- Veronique Du Rang, 0475/49.54.88
de stuwende kracht achter VELO, het duwtje in je rug, met onuitputtelijk geloof in de jeugd. Veronique is leerkracht secundair onderwijs en jongerencoach, emotioneel architect en podiumbeest.

Wil je meer informatie over ons aanbod of aanpak, bel ons gerust even op! Klik door naar www.liendhoe.be/velo.

Inschrijven kan via deze link of QR code
<https://forms.gle/gD5qBGjkdQ7fZhHD8>

