



STERKE KINDEREN

Training voor kinderen tussen de 8 en 11 jaar, gericht op weerbaarder worden en leren hoe met elkaar om te gaan.

STERKE MEIDEN

Training voor meiden tussen de 12 en 15 jaar waarbij ingezet wordt op werken aan zelfvertrouwen, voor jezelf opkomen en stevig in je schoenen staan.

HEFT IN EIGEN HAND

Training voor jonge (aanstaande) moeders. Elke bijeenkomst wordt er een thema besproken. Er is ruimte om ervaring uit te wisselen, vragen te stellen, elkaar steunen en ruimte om met elkaar te kletsen.

STERKE JONGENS

Training voor jongens tussen de 12 en 15 jaar, waarbij ingezet wordt op werken aan zelfvertrouwen, voor jezelf opkomen en stevig in je schoenen staan.

GOED GEVOEL

Een sociale vaardigheidstraining voor jongeren tussen de 16 en 23 jaar, waarbij onder andere thema's als voor jezelf opkomen, weerbaar zijn en zelfvertrouwen naar voren komen.

ASSERTIVITEITS TRAINING

Een assertiviteitstraining voor volwassenen (23+), waarbij onder andere thema's als zelfvertrouwen, voor jezelf zorgen en voor jezelf opkomen centraal staan.

Alle trainingen zullen medio september starten, mits er genoeg aanmeldingen zijn. Wilt u meer informatie of wilt u (iemand) zich aanmelden, stuur dan een mail naar trainingen@welstad.nl en laat hier ook even uw telefoonnummer achter!



welstad