

Bikkels in de Dop (8–12 jaar)

Weerbaarheidstraining – start vrijdag 17 oktober 2025, 16:00 – Zoetermeer

Doe mee met onze toffe Bikkeltraining! We maken kennis met Bikkelboy Bob, Pieker Piet, Woeste Wilma en Chill Jill. In korte, speelse opdrachten leren kinderen anders kijken, klinken en denken—zodat gevoel en gedrag beter in balans komen. Je kunt het, en je gaat het zelf geloven!

Schrijf je hier in.

Voor wie?

Kinderen van 8–12 jaar die een zelfvertrouwen-boost kunnen gebruiken: soms onzeker in nieuwe situaties, te voorzichtig of juist fel, en op zoek naar handiger gedrag in klas, thuis en met vriendjes.

Waar werken we aan?

- Stevig staan, stem & blik
- Grenzen aangeven, “nee” en ik-boodschappen
- Om hulp vragen & feedback geven
- Helpende gedachten, relativeren, faalangst verminderen
- Rust & regulatie (adem, pauze, ontspan)
- Conflicten oplossen en samen afspraken maken

Praktisch

- Start: vr 17 okt 2025, 16:00
- Locatie: Zoetermeer
- Kleine groep (max. 5) • Duur: 6 bijeenkomsten (±60 min)
- Kosten: €260,00 incl. materiaal en oudertips

Vragen of aanmelden? mail of bel:
manon@mvk-enroute.nl/06-29389692

Of ga naar: <https://www.mvk-enroute.nl/workshops-en-trainingen/weerbaarheid-8-12-bikkels-in-de-dop>

