

EEN STAP VERDER

Loop je tegen dingen aan die je lastig vindt, of waar je moeilijk mee om kunt gaan? En zou je dit graag met jongeren willen delen die misschien wel tegen dezelfde uitdagingen aan lopen? Of zou je wel een steuntje in de rug kunnen gebruiken?

Dan is de training 'Een stap verder' iets voor jou!!

Deze training richt zich tijdens 8 bijeenkomsten met name op de volgende punten:

- **Sociale vaardigheden** zoals communiceren, grenzen aangeven en respecteren, samenwerken, je plek vinden in een (nieuwe) groep.
- **Ruimte voor persoonlijke groei** op het gebied van zelfvertrouwen, zelfbewustzijn, weerbaarheid, het omgaan met emoties en vergroten van een positieve mindset.
- **Praktisch van opzet** door met behulp van paarden jongeren fysiek en mentaal in beweging te zetten.
- **Ervaringen delen is leuker!** Door met groepjes van 6 – 8 jongeren te werken en gezamenlijk oefeningen uit te voeren, dus samen in beweging te komen, worden leerprocessen leuk en daardoor effectief! Het verhaal van "lotgenoten" doet vaak goed. Het gezegde is dan ook: "gedeelde smart is halve smart".

In deze training behandelen we thema's welke voor jongeren actueel zijn. De thema's ondersteunen de sociale en emotionele ontwikkeling van jongeren, zodat zij een positief zelfbeeld ontwikkelen en zich goed kunnen redden in (nieuwe) lastige situaties. Deze bijeenkomsten helpen jongeren om steviger in hun schoenen te komen staan. De inzet hierbij van paarden werkt zeer effectief door de directe feedback van het paard. Onderzoeken tonen aan dat jongeren die met paarden 'werken' beter gesocialiseerd worden en minder stress ervaren. Dit bevordert hun groeiproses.

In deze training leveren we maatwerk en gaan we aan de slag met de thema's die in de groep actueel zijn. Mede hierdoor is deze training uniek in zijn soort. De groepen zijn klein, 6-8 personen. Veiligheid en jezelf mogen zijn vinden wij van groot belang.

Locatie: Boerderij 'de Hannie Hoeve' Ludingaweg 6, 8862 BM Harlingen.

Kosten: € 575,- voor de gehele training. Deze kosten zijn ook geheel of gedeeltelijk te declareren bij de aanvullende ziektekostenverzekering.

Voor opgave, vragen of als je meer wilt weten dan kun je ons bereiken via:

www.itorsolutions.nl, tel: 06-20801266 email: marjorie@itorsolutions.nl of

www.ynekevandillen.nl, tel.06-27285452 email: ynekevandillen@outlook.com

Met vriendelijke groet,

Marjorie Vlaar & Yneke van Dillen,

