



Weerbaarheidstraining

ROTS en Water

Zoersel, voorjaar 2025

Voor ouder en kind (8-12 jaar),
met (kenmerken van) autisme, ADHD, ...

Wat is Rots en Water weerbaarheidstraining?

ROTS staat voor weten wat je wil, opkomen voor je mening, voor zelfvertrouwen en doelgericht durven en doen.

WATER staat voor contact maken, vriendelijkheid en flexibiliteit, voor luisteren en hulpvaardig zijn.

We gaan op zoek naar het **EVENWICHT** tussen deze 2 krachten.

Wat doen we?

De ouder-kind training is een fysiek aanbod waar we door oefeningen en reflectie handvatten aanreiken binnen het thema weerbaarheid. Door het samen te doen zetten we in op verbinding tussen jou en je kind.

We oefenen rond stevig staan, rust bij jezelf als ouder en rust voor je kind, grenzen aangeven, opkomen voor jezelf en samenwerken. De lessen doen je stilstaan bij jezelf als ouder en je krijgt ook meteen de inzichten en oefeningen mee die helpend zijn voor je kind in het dagelijkse leven.

Info & data

De training bestaat uit 1 infomoment en 6 ouder-kindlessen.

Kostprijs met RTH*-punten: voor het kind: 0,957 punten van je 8 jaarlijkse RTH*-punten + 0,957 RTH punten op naam van ouder (via outreachcontract) + 60 euro per gezin. Contacteer ons om te weten te komen of je recht hebt op RTH (= rechtstreeks toegankelijke hulpverlening).

Infomoment voor ouders en hun kind dinsdag 25/3 van 20 u—21u

Lessen ouder-kind: woensdag 23/4, 30/4, 7/5, 14/5, 21/5 en 25/8 van 13u30—15u00

Locatie lessen: oude sportzaal, Halle Dorp 50, Halle—Zoersel

begeleiding: OLO-Rotonde vzw - meer info: www.olo-rotonde.be

inschrijven: via 03/633 98 99

of onthaalteam@olo-rotonde.be

Sterk als het moet,
zacht als het kan!



OLO-Rotonde
vzw