

A young child with brown hair and black-rimmed glasses is smiling. They are wearing a blue and white striped cardigan over a white t-shirt. The child is holding a green watering can in their right hand, which is raised high. Water is being poured from the can onto a green plant in a white pot. The background is a dark green wall with a grid of small white dots.

Weerbaarheids-  
training voor  
basisschoolkinderen

**Bikkels**



sociaal werk  
**de schans**

**Omgaan met anderen is soms best lastig. Zeker als je je niet op je gemak voelt, onzeker bent, je snel verdrietig of boos voelt, gepest wordt, weinig vrienden hebt of denkt dat anderen een negatief oordeel over je hebben.**

### **Voor wie?**

De training is bedoeld voor kinderen op de basisschool vanaf groep 5. Je leert voor jezelf opkomen, terwijl je rekening houdt met de gevoelens van een ander. Ook leer je op een positieve manier te reageren op anderen.

### **Wat houdt de training in?**

Tijdens de Bikkeltraining leer je op een goede manier met elkaar om te gaan. In de klas, maar ook op het schoolplein of de buurt waarin je woont. Hierbij zijn samen spelen en (actief) bezig zijn belangrijke elementen.

Wil jij je graag zekerder en prettiger voelen over jezelf en in het contact met anderen? Tijdens de training leer je via spelvormen en opdrachten meer over jezelf. Zoals het effect van je gedrag op anderen, hoe je je



Aanmelden?

E-mail:  
trainingen@sociaalwerkdeschans.nl

Telefoonnummer:  
(0594) 745 620

emoties op een duidelijke en positieve manier uit, hoe je grenzen herkent en aangeeft en hoe je op een prettige manier voor jezelf kunt opkomen.

### **Wanneer en locatie**

De training start op verschillende momenten in het jaar bij voldoende aanmeldingen. Een training bestaat uit 7 bijeenkomsten. Houd er rekening mee dat de trainingen op verschillende locaties kunnen plaatsvinden in de gemeente Westerkwartier. Aan deze training zijn geen kosten verbonden.

### **Sociaal Werk De Schans**

Lindensteinlaan 44  
9351 KG Leek  
Postbus 50  
9460 AB Gieten  
t (0594) 745 620

[www.sociaalwerkdeschans.nl](http://www.sociaalwerkdeschans.nl)  
[info@sociaalwerkdeschans.nl](mailto:info@sociaalwerkdeschans.nl)