

Jij bent uniek

Rianne (15) vraagt zich voortdurend af wat anderen van haar vinden.

Lisa (16) heeft moeite om haar grenzen aan te geven en te benoemen wat ze wil.

Julia (14) vindt het lastig om andere keuzes te maken dan haar vriendinnen.

Dewi (17) twijfelt vaak of ze wel ergens goed in is.

- € Er zijn geen kosten aan verbonden.
- Opgeven kan tot vrijdag 20 oktober.
- 📧 Wij houden ons aan de maatregelen m.b.t. Corona.

Wat ga je leren?

Herken jij je in één van deze voorbeelden? Zou je leeftijdsgenoten willen ontmoeten die hier ook tegenaan lopen of hier vragen over hebben? Wil je graag steviger in je schoenen staan en je mening durven uitspreken? Zou je meer willen leren over grenzen aangeven? Dan is deze training vast iets voor jou!

Wat ga je doen?

We houden ons bezig met vragen als 'wie ben ik, wat kan ik en wat wil ik?' en gaan aan de slag met de volgende onderwerpen: Gezin van herkomst, Zelfbeeld, Kwaliteiten en talenten, Grenzen aangeven, Toekomstdromen. De training bestaat uit 8 bijeenkomsten. Doormiddel van informatie, gesprekken en oefeningen leer je veel over jezelf en anderen. Je ontdekt waar jij goed in bent en je leert beter omgaan met dingen die jij lastig vindt. Daarnaast zijn de bijeenkomsten ook gewoon heel gezellig!

Doe je mee?

Gezellig! Je kunt je eenvoudig aanmelden door een mailtje te sturen naar lenie@knowlimits.nu o.v.v. Jij bent Uniek. Meld je snel aan want vol is vol. Kan je een keer niet? Dan is dat geen probleem. Het is wel fijn als je het ons laat weten.

Voor wie?

Meiden van ongeveer 14-18 jaar uit Harskamp, Otterlo, Wekerom, de Valk, Lunteren, Ederveen.

Wanneer?

Elke woensdagavond van 19.00 - 20.30 uur.
27 okt t/m 15 dec.



Lenie Kap

Preventiewerker
specialistisch meidenwerk.
Know Limits
T: 06 345 27 784
E: lenie@knowlimits.nu
www.knowlimits.nu

Initiatiefnemers:

**KNOW
LIMITS**



Waar?

Lunteren (Locatie nader te bepalen).

mail@knowlimits.nu
www.knowlimits.nu