

Meiden in beweging

Vind jij het lastig om voor jezelf op te komen?

Je grenzen aan te geven?

Zou jij sterker in je schoenen willen staan?

Kom je uit de omgeving van Lunteren?

Dan is 'Meiden in Beweging' echt iets voor jou!

€ Er zijn geen kosten aan verbonden.

➤ Opgeven kan tot 1 mei.

Wat ga je leren?

Bij deze cursus werken we o.a. aan het opkomen voor jezelf, leren 'nee' te zeggen en zelfverzekerder te worden. Om met meer zelfvertrouwen jezelf voor te bereiden op het voortgezet onderwijs.

Wat ga je doen?

In het najaar start er in Lunteren een groep waar wij jou leren om meer vertrouwen in jezelf te krijgen. We maken het gezellig met elkaar, doen weerbaarheidsoefeningen en sportieve samenwerkingsspellen. Tijdens iedere training gaan we ook met elkaar in gesprek. En is er ruimte voor al jouw vragen.

Doe je mee?

Gezellig! Je kunt je eenvoudig aanmelden door een mailtje te sturen naar mail@knowlimits.nu o.v.v. Meiden in beweging Lunteren. 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 uit groep 7 of 8 die tussen de 10 en 12 jaar oud zijn

Waar?

De Schakel,
Schaepmanstraat 68,
Lunteren.



Harriët van Omme

Know Limits

T: 06 278 69 966

E: harriët@knowlimits.nu

Wanneer?

Acht donderdagmiddagen.

Start: 15.15 – 16.45 uur

Van 16 mei t/m 4 juli.

Initiatiefnemer:

**KNOW
LIMITS**

In samenwerking met:



malkander

mail@knowlimits.nu
www.knowlimits.nu