

Van: Trainersgroep Weerbaarheid <info@trainersgroepweerbaarheid.nl>
Onderwerp: **Nieuwsbrief Trainersgroep Weerbaarheid januari 2009 (5)**
Datum: 30 juni 2009 21:56:26 GMT+02:00
Aan: info@depoel-webdesign.nl, info@wen-do.nl



Beste mensen,

Hierbij de vijfde nieuwsbrief van Trainersgroep Weerbaarheid. Allemaal nog een goed en weerbaar 2009 gewenst.

In deze nieuwsbrief vindt u informatie over individuele begeleiding, een verslag over de workshop "Kick it with Love" op de thema-conferentie van het SSTGG en natuurlijk onze actuele agenda.

Een verandering binnen de trainersgroep is de verhuizing van Floor Dijkstra naar Deventer. Hierdoor kunnen wij ons werkgebied vergroten naar Groningen, Friesland, Drenthe en Overijssel. Wij geven al een aantal trainingen in Overijssel en zullen de komende tijd gebruiken om ons netwerk in deze provincie te vergroten. Mocht u als lezer van deze nieuwsbrief een eigen netwerk hebben in Overijssel, dan zouden wij het zeer op prijs stellen wanneer u uw contacten zou willen attenderen op onze nieuwsbrief.

Floor Dijkstra en Marieke van Veen

Individuele begeleiding

Trainersgroep Weerbaarheid organiseert regelmatig weerbaarheidstrainingen aan verschillende doelgroepen, waarvoor een ieder zich kan inschrijven. Nu krijgen we steeds vaker de vraag van ouders/hulpverleners of hun kind/cliënt ook individueel begeleid kan worden. Het gaat dan vaak om kinderen, jongeren of volwassenen die

Trainersgroep Weerbaarheid

Nieuwsbrief januari 2009 (5)

Trainersgroep Weerbaarheid is werkzaam in de provincies

Groningen, Friesland, Drenthe en Overijssel

Voor meer informatie kijk op onze website

www.trainersgroepweerbaarheid.nl

Actuele agenda

Vrouwen met een verstandelijke beperking

Dag/Tijd : maandag van 16.00 - 17.30 uur

Data : start 23 februari 2009, 10 lessen

Plaats : Buurtcentrum De Kleihorn in Beijum (Groningen)

Kosten : Afhankelijk van inkomen

Door : Marieke van Veen

Weekend Training Wen-Do

Dag/Tijd : zaterdag en zondag 10.00-17.00 uur

Data : 28 februari en 1 maart 2009

Plaats : Martinikerkhof (Groningen)

Kosten : € 125

Door : Floor Dijkstra

Vrouwen met (seksueel) geweldservaringen

Dag/tijd : dinsdag van 9.30-11.30 uur

Data : start 7 april 2009, 8 lessen (m.u.v. vakanties)

Plaats : Buurtcentrum Poortershoes in de Oosterpoort (Groningen)

Door : Floor Dijkstra en Marieke van Veen

Kosten : € 125 (korting in overleg)

Jongens 10-13 jaar

Dag/tijd : donderdag 16.00- 17.15 uur

Data : start 23 april, 8 lessen

Plaats : Buurtcentrum de Kleihorn in Beijum (Groningen)

Door : Boy Westerhof

Kosten : € 90

niet, of nog niet, passen in een reguliere groepstraining. Ze gedijen, om wat voor reden dan ook, niet in een groep of hebben een heel specifieke hulpvraag. Wij bieden nu ook de mogelijkheid tot individuele begeleiding of we geven trainingen in hele kleine groepjes.

Voorbeelden hiervan zijn:

- kinderen/jongeren/volwassenen met een verstandelijke beperking
- kinderen/jongeren/volwassenen die vallen binnen het autismespectrum
- kinderen/jongeren/volwassenen met andere problematiek, bijvoorbeeld ADHD
- kinderen/jongeren/volwassenen die moeite hebben met het beheersen van hun eigen agressie

Voor de training start is er een intake-gesprek met ouders/hulpverleners en de mogelijke deelnemer, waarbij gekeken wordt naar de achtergrond en vraag van de deelnemer en naar wat bereikt moet worden met de training. Op grond van dit gesprek bekijken we of individuele begeleiding, of een training binnen een klein groepje zinvol is, of dat er toch gezocht moet worden naar een andere vorm van training/begeleiding. Als gekozen wordt voor een weerbaarheidstraining, volgt een traject van 10 bijeenkomsten van één uur individueel of in een groepje met nog 3 of 4 deelnemers. In de training proberen we nauw aan te sluiten bij de hulpvraag van de deelnemer. Er wordt in elke training in meer of mindere mate gewerkt met zowel de fysieke als mentale aspecten van weerbaarheid en agressieregulatie.

Workshop "Kick it with Love" .

30 oktober 2008 vond er in het 'Het Kasteel' een themaconferentie plaats over seksueel geweld bij jongeren. Wij hebben een workshop gegeven over de training "Kick it with Love", een training voor jongeren over wensen en grenzen op het gebied van relaties en seksualiteit. Deze training hebben we ontwikkeld in samenwerking met Greet van Hee van Bureau Matara Consult. Greet van Hee heeft zich gespecialiseerd in het geven van seksuele voorlichting. De training aan jongeren combineert seksuele vorming met weerbaarheid. Doel is dat meiden en jongens hun grenzen leren kennen en kunnen aangeven en daarbij de grenzen van de ander kunnen respecteren.

In de workshop hebben we verduidelijkt hoe we met dit thema aan de gang gaan. De training wordt gegeven in sekse-specifieke groepen van jongeren tussen de 10 en 18 jaar en wordt gegeven op zowel scholen als in buurtcentra. Uitgangspunt is het kennen van je eigen lichaam en weten hoe de andere sekse in elkaar zit. Inzicht in seksualiteit en voorlichting op dat gebied is dan ook een eerste stap. Vervolgens komt het relationele aspect aan de orde. Hoe kun je je wensen aangeven en je grenzen stellen? Hoe kun je de grenzen van een ander respecteren? Door speelse werkvormen, rollenspel, dvd-fragmenten, samen lezen van strips en het doen van spelvormen wordt gepraat over - en geoefend met - dit thema. In de workshop hebben we materiaal laten zien dat we gebruiken in de training en

Jongens 13-18 jaar

Dag/tijd : donderdag 17.15- 18.30 uur
Data : start 23 april, 8 lessen
Plaats : Buurtcentrum de Kleihorn in Beijum (Groningen)
Door : Boy Westerhof
Kosten : € 90

Meisjes 10-13 jaar

Dag/tijd : donderdag 16.30- 17.45 uur
Data : start 23 april, 8 lessen
Plaats : Buurtcentrum het Heerdenhoes in Beijum (Groningen)
Door : Marieke van Veen
Kosten : € 90

Zie voor meer informatie de [actuele agenda](#) op onze site.

Voor opgave mail uw

naam, leeftijd, adres, telefoonnummer en de groep waarvoor u zich opgeeft naar:

info@trainersgroepweerbaarheid.nl

Cursus van collega:

Vrouwen: Eigen kracht en stevigheid

Dag/tijd : woensdag van 9.30 -11.00
Data : start 28 januari 8 lessen
Plaats : Activiteitencentrum de Sint Jan (nieuwe Sint Janstraat 35)
Door : Rike van de Meij
Kosten : 125 euro
Voor opgave of informatie over deze training kunt u contact opnemen met info@bamsoplawaai.nl

Trainersgroep Weerbaarheid

Postbus 60112
9703 BC Groningen
[e-mail](#)

Floor Dijkstra

0570-591779
[e-mail](#)

Marieke van Veen

050-5412999
[e-mail](#)

Trainersgroep Weerbaarheid is aangesloten bij de Beroepsvereniging voor Docenten Weerbaarheid en Zelfverdediging.

we hebben de deelnemers enkele werkvormen laten ervaren. Tot slot hebben we met elkaar van gedachten gewisseld over wat de deelnemers van de workshop tegen komen in het contact met jongeren en hoe ze een dergelijke training kunnen inzetten.

"Seks Over de Grens"

Op 26 januari organiseert MOVISIE in samenwerking met de Rutgers Nisso Groep een landelijke conferentie over seksueel geweld. De conferentie vindt plaats in Amersfoort van 09.30-17.00 uur.

Voor meer informatie kunt u [hier](#) de informatiefolder downloaden.

-

Copyright © Trainersgroep Weerbaarheid