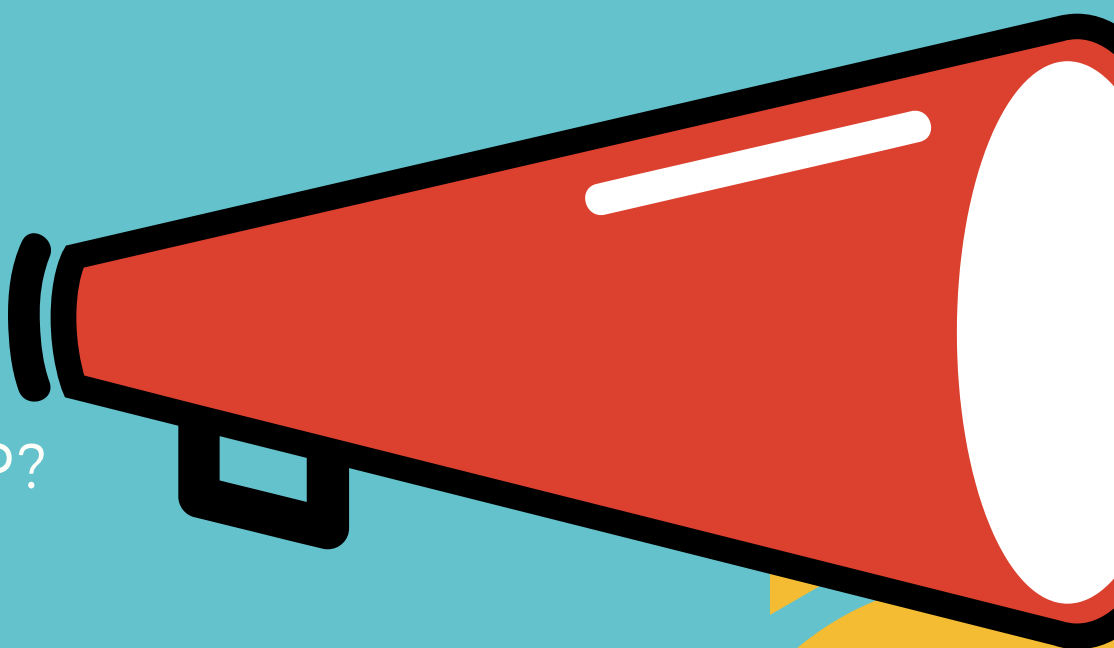


VOOR JONGEREN TUSSEN 16 EN 23 JAAR

# TRAINING ASSERTIVITEIT

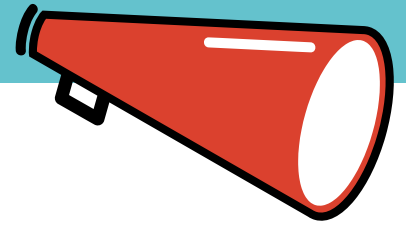
KOM JIJ  
VOOR  
JEZELF OP?



 **trema**  
kinderopvang en welzijn

**START OP 19 SEPTEMBER 2019 BIJ  
DE JAGER IN GIESSEN, PARALLELWEG 35.**

# Samen werken we aan je assertiviteit



## KENNISMAKINGSAVOND

19 SEPTEMBER 2019 VAN 19.00 - 20.00 UUR

Tijdens deze avond maak je kennis met de trainers en je groepsgenoten. We leggen uit wat we allemaal gaan doen tijdens de bijeenkomsten. Je mag vrij binnen komen lopen.



## HEY YOU

26 SEPTEMBER 2019 VAN 19.00 - 21.00 UUR

Tijdens deze avond vertellen we je wat assertiviteit is en oefenen we met observeren, luisteren en praten. Wil je hier aan meedoen? Meld je uiterlijk 23 september bij ons aan.



## DIT BEN IK!

3 OKTOBER 2019 VAN 19.00 - 21.00 UUR

Aan de slag met je grenzen aangeven. Vanavond gaan we oefenen met 'nee' zeggen en leer je hoe je goed voor jezelf kunt opkomen. Een actieve avond! Kom jij ook? Meld je uiterlijk 30 september bij ons aan als je mee wil doen.



## DOE 'S BOOS

10 OKTOBER 2019 VAN 19.00 - 21.00 UUR

Deze bijeenkomst staat in het teken van feedback, kritiek en ruzie. Hoe ga je hier mee om? Aanmelden voor deze avond kan tot uiterlijk 7 oktober.



## IK BEN OKÉ, JIJ BENT OKE

17 OKTOBER 2019 VAN 19.00 - 21.00 UUR

We gaan het deze avond hebben over jouw sociale netwerk. Hoe kom je op voor jezelf, zowel op social media en online als in het echte leven. En wat betekenen jouw vriendschappen voor jou? Veel om te bespreken! Meedoen? Laat het ons uiterlijk 16 oktober weten.

AANMELDEN OF MEER INFORMATIE?



Je kan je per avond aanmelden. Dat kan via Snapchat (Annabel\_jwtrema), Instagram (annabel\_jongerenwerker), via de app of teledoon (06-10 20 83 51) of per e-mail: annabel.van.wijk@trema.org. Volg ook onze pagina op Facebook, daar vind je alle informatie en updates over deze training. Kijk op: Facebook.com/jongerenwerkaltena.