



# Rots en Water voor het gezin

Leer elkaar beter kennen  
door te spelen met elkaar

(015) 760 02 00  
info@delftvoorelkaar.nl  
www.delftvoorelkaar.nl



DELFT  
VOOR  
ELKAAR!

# Rots en Water training voor het gezin

**Soms gaat het opvoeden van kinderen vanzelf. En zijn er momenten van plezier, ontspanning en verbondenheid met het gezin. Daarnaast zal iedere ouder ook momenten kennen van irritatie, vermoeidheid, strijd en het niet weten wat goed is voor je kind(eren).**

Thuis ontwikkelt het kind belangrijke sociale vaardigheden door samen te spelen, samen te werken en samen te leven met de gezinsleden, familie en vriendjes in de buurt. Ouders spelen een belangrijke rol in het ontwikkelen van deze vaardigheden.

De Rots en Watertraining voor het gezin ondersteunen ouders in dit proces. Het maakt je bewust van je eigen rol als ouder en reikt handvatten aan om te zorgen voor een positieve dynamiek binnen het gezin en een betere interactie met je kind.

## Voor wie

De training is geschikt voor gezinnen met kinderen van 7 - 14 jaar en bestaat uit zes bijeenkomsten van anderhalf uur. De training is met maximaal vier gezinnen. We starten bij voldoende aanmeldingen.



**Datums en tijden volgen na voldoende aanmeldingen.**



**Gymzaal Griegstraat  
Griegstraat 2, Delft**



**Deelname is gratis**

## Rots en Water

Rots en Water is een psycho fysieke training. Oefening en spel wordt afgewisseld met reflectie, gesprek en opdrachten voor thuis. Door te spelen met elkaar en hier samen over te praten, leer je elkaar beter begrijpen en dit komt ten goede aan de verbondenheid met elkaar als gezin. Oftewel, door samen te doen, te werken, te bewegen en plezier te maken, krijgt het hele gezinssysteem een boost!

De rots staat voor kracht: voor jezelf opkomen, je eigen grens bewaken en in jezelf vertrouwen. Het water staat voor flexibiliteit: rekening houden met elkaar, praten en onderhandelen.

## Trainers

De training wordt gegeven door gecertificeerde trainers Nicole Vermeij en Marije Schulz van Delft voor Elkaar.

## Meer informatie en aanmelden

[trainingen@delftvoorelkaar.nl](mailto:trainingen@delftvoorelkaar.nl)

**'Kinderen leren meer van wie jij bent, dan wat jij hen leert.'**

**DELFT  
VOOR  
ELKAAR!**

(015) 760 02 00  
[info@delftvoorelkaar.nl](mailto:info@delftvoorelkaar.nl)  
[www.delftvoorelkaar.nl](http://www.delftvoorelkaar.nl)

