

# Training weerbaarheid/veerkracht met behulp van paarden voor jongeren van 13 tot en met 16 jaar

## Wat kun je leren in deze training?

- Grenzen aangeven
- Talenten ontdekken en gebruiken
- Problemen oplossen
- Belangrijk durven zijn
- Voelen waar je kracht zit
- Beter omgaan met je energie
- Doorzettingsvermogen
- Zelfvertrouwen en vertrouwen in anderen
- Samenwerken
- Openheid
- Nieuwe dingen ondernemen

## Wanneer deze training?

Jongeren die baat hebben bij de training komen meestal met hulpvragen rond zelfvertrouwen en weerbaarheid; omgaan met boosheid, angsten en/of stress; grenzen stellen; samenwerken, concentratieproblemen.

## Voor wie?

We werken in deze training met jongeren van 13 tot en met 16 jaar. Ervaring met paarden/pony's is niet nodig. Deelnemers werken tijdens de training wel met paarden/pony's, maar blijven gewoon met hun voeten op de grond. Wij kunnen voor de training kiezen uit dieren, die variëren in hoogte en karakter. Meestal werken we met één paard of pony tegelijk.

## Wanneer, waar en hoe vaak?

De eerstkomende training voor jongeren start op **27 januari**

Data: **27 Januari- 3 februari- 10 februari- 17 februari- 24 februari**

Steeds op een **donderdagmiddag van 14:30-16:00 uur**.

Gewoonlijk krijgen deelnemers vrij van school om deze training te volgen.

Locatie: Stal Roosenheuvel, Procureurweg 49, 5103 BP Dongen.

## Waarom met paarden?

Paarden kunnen ons heel helder informatie terugkoppelen over ons gedrag, ze liegen nooit en zijn zonder (ver)oordelen. Paarden zijn specialisten in het spiegelen van gedrag. Ze spiegelen, net als wij mensen, om goed samen te kunnen werken. Goed samenwerken is een noodzaak om te overleven. De nauwkeurigheid waar ze dat mee doen is heel groot. Zo kunnen zij gedrag voorspellen en georganiseerd en dus veiliger samenleven. Als wij als mens met een paard gaan werken worden we onderdeel van de kudde. Zo leren wij van de paarden hoe we gedrag van onze soortgenoten beter kunnen "lezen". De paarden laten ons direct ervaren wat we kunnen doen om onze problemen anders aan te pakken. Omdat het paard in het "nu" staat krijg je steeds weer een kans om iets uit te proberen en de manier te ontdekken die bij jou past.

## Door wie?

Afhankelijk van het aantal deelnemers wordt er een keuze gemaakt uit 2 van onderstaande personen:

Marloes Kunzel (orthopedagoog – generalist, kindercoach met behulp van paarden), Tessa van den Eijnden (Toegepast psycholoog, paardencoach), Annemiek McLeane (orthopedagoog, docent, systemisch paardencoach).

## Informatie

Meer informatie kunt u vinden op: [www.koekkoekenco.nl](http://www.koekkoekenco.nl) Of mail naar: [info@koekkoekenco.nl](mailto:info@koekkoekenco.nl) Of bel naar: 0162-321815 (van 8.30 – 12.30 uur op werkdagen)





**Tip:** Kom op tijd.

**Publiek:** Alleen deelnemers zijn welkom. Het is niet de bedoeling dat er publiek komt kijken.

**Kledingadvies:** Bezig zijn met paarden vraagt om vrijetijdskleding en stevige, gesloten schoenen (ook in de zomer). In de winter is warme kleding (meerdere dunne lagen) aan te bevelen. We werken buiten of in een onverwarmde ruimte.

**Aansprakelijkheid:** Werken met dieren houdt altijd een zeker risico in. Wij zullen er alles aan doen om de situatie zo veilig mogelijk te houden. Deelnemers worden verzocht de aanwijzingen op te volgen. De trainers zijn niet verantwoordelijk te stellen voor eventueel geleden schade.

**Contact:** 0162-321815