

EEN FULL-SERVICE JONGEREN ORGANISATIE



movement




**Durf jij volledig jezelf
te zijn op school?**

CREATIEVE ONTPLOOIING & MENTALE
ONTWIKKELING

www.are-be.nl

WIJ GELOVEN IN DE JEUGD VAN NU

In de afgelopen jaren kwam de vraag vaker voorbij of er een programma bestaat dat de jongeren bevordert in hun mentale gezondheid. Met ons team hebben wij geluisterd naar de verschillende wensen en deze samengevoegd in waardevolle trainingen.

- 
- 1 Nieuw perspectief bieden**
 - 2 Persoonlijke krachten ontdekken**
 - 3 Doelen creëren**

**Op elke school kan het Are & Be Movement project worden ingezet.
Als maatwerkproject zorgen we ervoor dat we aan al uw wensen voldoen.**

ONTDEK JOUW PAD!

WAT HOUDT ARE & BE MOVEMENT IN?

Een full-service jongeren organisatie.

Wij helpen de jongeren op weg naar hun authentieke zelf.

De juiste balans van creatieve workshops en mentale begeleiding.

Het team bestaande uit gediplomeerde **coaches, therapeuten, begeleiders, ervaringsdeskundige en creatieve workshopdocenten** resulteert in een **veelzijdig programma**.

Hierdoor kan iedere deelnemer een **waardevol handvat** meenemen die van pas kan komen op verschillende momenten in het leven.

INTERACTIEVE WORKSHOPS

Are & Be movement bestaat uit een team met **specialisten** uit hun eigen sector.

Denk aan interactieve workshops zoals **dans, DJ, spoken word, graffiti en capoeira**.

Wij dagen de leerlingen uit om uit hun comfort zone te stappen en de uitdaging aan te gaan.

PERSOONLIJKE BEGELEIDING

Door middel van **klassikale voorlichtingen** met onderwerpen zoals social media, seksualiteit en geld, zijn wij een **taboe doorbrekend project**.

Wij ondersteunen de jongeren ook zo nodig 1 op 1 met onze **coaches, gecertificeerde en/of gediplomeerde begeleiders en therapeuten**.



Voor een op maat gemaakte offerte,
stuur een mail naar: info@are-be.nl
Je kunt voor meer informatie kijken op
www.are-be.nl





Verbinding



Zelfontwikkeling



Laagdrempelig



Toegankelijk

DURF JIJ VOLLEDIG JEZELF TE ZIJN?

We laten de jongeren reflecteren, geven tools om zichzelf te verbeteren en motivatie/inspiratie om nieuwe wegen in te slaan. Wij streven met dit project naar zelfliefde en zelfacceptatie. Jij mag er zijn!



FASE 1 #FORYOU

Wij brengen de vooroordelen over jezelf en anderen in kaart. Gastsprekers zullen voor de klas komen, debatten worden gecreëerd en doelen worden gesteld.



FASE 2 BREAKING FREE

D.m.v. dans of een andere creatieve vorm gaan de leerlingen zichzelf kunstzinnig ontplooiën. Daarmee is het ook gelijk de perfecte manier om een spiegel voor zich te krijgen.



FASE 3 LEVEL UP

Individueel en als groep gaan we stappen zetten. Een luisterend oor, motivatie voor die nieuwe opleiding, of het leren voor jezelf opkomen. Als groep leren we elkaar beter begrijpen.



FASE 4 YOU ARE & BE

De focus verleggen van de creatieve benaderingen naar zelfacceptatie en omarming.



**KNOW
YOUR
WORTH**

Maatschappelijke drop-outs nu als ervaringsdeskundige

Preventieve ondersteuning

Door in te zien hoe het niet moest,
weten onze hulpverleners het nu wel.

Waarom het wiel opnieuw uitvinden als wij hierbij professioneel in
kunnen ondersteunen?

Wij bieden de leerlingen een goede basis aan om samen met ons verder
te bouwen en te groeien. Met veel positieve energie willen we de
leerlingen elk op hun eigen manier verder brengen.
Leeftijd, niveau of achtergrond speelt hierin geen rol.

ARE & BE

Programma

De leerlingen/studenten
kunnen deelnemen aan
verschillende activiteiten in
de school

ONDERDELEN:

- Challenges zowel sportief als creatief
- Showcases
- Anonimiteitsvaas
- Prijzenkast

DOELEN:

- Meer respect en begrip onderling
- In je eigen kracht staan
- Motiveren en doelen creëren
- Positieve zelfontwikkeling



Nazorgtraject

Het Are & Be Movement project verzorgt ook een nazorg traject.

Waar scholieren langer behoefte hebben aan begeleiding of een gehoord gevoel, kunnen zij terecht op de **MEZ Community**.

Het community board bestaande uit:
Doe-het-zelf trainingen
Mogelijkheden tot direct contact met ervaringsdeskundigen
Een gratis luisterend oor



Bij te boeken:

Docentenworkshops
Aftermovie
Fotograaf

ARE & BE MOVEMENT

Founders

📞 Gina Agsteribbe: +316 51954394
📞 Kevin Rekoert: +316 10507380
✉ info@are-be.nl
🌐 www.are-be.nl





movement

EEN FULL-SERVICE JONGEREN ORGANISATIE

Mez



Gina July

CHOREOGRAPHY