

DAG VAN DE CONFLIXERS PROGRAMMA

ONTHAAL

9U-9U30

Warme ontvangst met een drankje, babbeltje en muziekje

STARTMOMENT

9U30-10U

We vliegen er in! Je wordt wakker geschud met een pittige kennismaking... We heten je **welkom** en nemen je mee in het thema van de dag: welbevinden!

HOE IS'T MET WELBEVINDEN?

10U-11U45

Hoe denken jullie dat het gaat met jongeren?
We ontdekken het samen!

Tussenin wissel je heel veel uit **in verschillende groepjes**:

Hoe pakken jullie op school het conflicten aan?

Wat doen jullie op school rond welbevinden?

We leren van elkaar.



WORKSHOP KIEZEN

11.45U-12U

Welke workshop volg je graag in de namiddag?
Bespreek en verdeel jullie met de groep.

LUNCH

12U-12U50



Smikkel een lekker broodje en ontdek ook alle **randanimatie!**

CONFLIXER-KORTFILM-FESTIVAL

12U15-12U45

Een geweldig lange naam voor een gezellig project waarbij verschillende Confixers hun filmpje inleiden en tonen.

met o.a. 

WORKSHOPS

13U-15U

Volg die geweldige **workshop** waar jullie werking beter van wordt!



ACTIEPLAN

15U15-15U30



Tijd voor actie! Je kreeg tonnen informatie, bakken vol inspiratie, lijsten vol tips... maar wat neem je daar nu van mee naar huis? Steek de koppen bij elkaar en stel jullie **actieplan** op.

LANCERING NIEUW WELBEVINDENPROJECT

15U30-15U45

Beleef de grote lancering van ons nieuw welbevindenproject op de eerste rij!

SLOT

15.45-16U



Tijd voor laatste woorden, wensen en dromen.
We zwaaien elkaar uit en zeggen: salut en de kost!



WORKSHOPS

'EEN GOED GESPREK, HOE DOE JE DAT?'

In deze workshop geven we jouw communicatieve vaardigheden een boost!

We vertrekken vanuit concrete situaties die jullie bij het conflicten tegenkomen. Die geven aanleiding om de tips & tricks uit de vaardigheidstraining nog eens op te diepen.

Je leert luisteren naar anderen en hoe je doelgerichte vragen kan stellen. Je ontdekt er hoe je voor vertrouwen en connectie zorgt en hoe je samen naar een mogelijke oplossing kan zoeken.

Na afloop van de vorming voel jij je beter op je gemak in moeilijke gesprekken.

OMGAAN MET VOOROORDELEN EN STEREOTYPEN

Alle Amerikanen eten enkel maar hamburgers" of "Antwerpenaren hebben een dikke nek". Een stereotyp is een uitvergroot beeld van een groep mensen. Het lijkt misschien onschuldig, maar stereotypen kunnen leiden tot vooroordelen en discriminatie. Tijdens deze vorming sta je stil bij je eigen referentiekader en dat van anderen. Waar komen vooroordelen vandaan? Hoe kan je anderen bewust maken van stereotyp denken?

HOE REAGEREN OP HAATSPRAAK



Haatspraak of hate speech is beledigende (of zelfs bedreigende) taal die vertrekt vanuit vooroordelen tegen bepaalde groepen. Bijvoorbeeld op basis van huidskleur, religie of seksuele geaardheid.

Online en offline haatspraak kwetst velen diep. Moeten we dat zomaar laten gebeuren?

ZET JE CONFLIXERCREW IN DE SPOTLIGHT

Heb je ooit je afgevraagd wat jouw medescholieren eigenlijk vinden van de Confixers? Misschien weten ze niet eens dat jullie bestaan... Laat zien hoe jullie echt zijn! In deze workshop leren we hoe je dit voor elkaar krijgt. Aan het einde van deze workshop zijn jullie helemaal klaar om jullie en jullie werking nog meer in de schijnwerpers te zetten!

WORKSHOP VOOR BEGELEIDERS



Dit jaar word je geïnspireerd door een medewerker Gezond Leven om het welbevindenbeleid van je school vast te pakken.

Je ontdekt wat mentaal welbevinden inhoudt aan de hand van de Geluksdriehoek en hoe je er concreet mee aan de slag kan gaan in je klas en op school.

Daarnaast leer je hoe NokNok je kan helpen in het begeleiden van Confixers en in het opvolgen van jongeren met een zorg.

PAK PESTEN AAN IN 7 STAPPEN



Wat is pesten? Wie is allemaal betrokken in een peestsituatie? Hoe voorkom je pesten? Samen met een Tumult begeleider sta je stil bij deze vragen. Daarna zoom je in op de 7 stappen van No Blame. Je leert pesten in groep aan te pakken, met als gemeenschappelijk doel: ervoor zorgen dat iedereen zich goed voelt in de groep.

#WIJGRIJPENIN

Een groep jongens joelt en fluit enkele meisjes na op de speelplaats. Een klasgenoot deelt een sexy foto van haar ex in de refter. Of je vriendin is duidelijk niet gediend met het overdreven flirtgedrag van een zesdejaars. Hoe ga je hiermee om als je dit ziet of als iemand je dit vertelt? In deze workshop krijg je handvatten hoe seksueel grensoverschrijdend gedrag te herkennen en hoe je kan reageren. Dit oefenen we in met situatiekaarten en de Flirtertwister.

EHPB*... EEN HOUVAST VOOR CONFLIXERS

Een klasgenoot is ontroostbaar na een relatiebreuk, een 2e jaars leerling komt aankloppen en vertelt je dat het eigenlijk niet zo goed gaat, je medeconfixer is niet meer de vrolijke vriend zoals je die anders kent... Hoe herken je dat iemand het moeilijk heeft? Hoe vermijd je dat je zelf over je grenzen gaat?



EHPB staat voor eerste hulp bij psychische problemen. In deze sessie 'een houvast voor Confixers' zoomen we dieper in op het herkennen van mogelijke signalen die aangeven dat iemand het moeilijk heeft. Je leert ook je eigen grenzen kennen en aangeven, zodat ook jij goed voor jezelf kan blijven zorgen.

Let op! Het gaat om 'eerste hulp' en dus een eerste initiatie, een basis. We duiken bijgevolg niet in de diepte van verscheidene thema's.

CYBERPESTEN



Jongeren zijn 24/7 online. Pesten stopt dus niet wanneer iedereen naar huis gaat.

Het is soms minder zichtbaar, maar ook met dit soort situaties moeten we aan de slag gaan. Dat lijkt niet makkelijk, maar jij kan echt helpen!

HOE WORD JE EEN LUISTEREND OOR?



Awel luistert dagelijks naar kinderen en jongeren. Hoe we precies dat luisterende oor zijn, verklappen we graag tijdens deze workshop. We delen enkele van onze luistertips en leren jullie dé basishouding dat nodig is voor het voeren van een goed gesprek.

