



**elance**  
**academy**  
Where girls grow stronger.



**STRONG GIRLS**  
**METHODE™**

**ELANCE Academy**

## **INDIVIDUELE COACHING ELANCE**

### **STRONG GIRLS XS**

Coachingsprogramma van 21 weken voor meiden van 10-12 jaar waarin je samen met een 'grote zus' op zoek gaat naar de Strong Girl in jezelf. Samen werken jullie bijvoorbeeld aan de overgang naar de middelbare school en het maken van vrienden. Maandelijks organiseren we groepsbijeenkomsten voor leeftijdsgenoten.

### **STRONG GIRLS YOUNG(+)**

Coachingsprogramma van 21 weken voor meiden van 13-17 jaar waarin je samen met een rolmodel aan de slag gaat met het vergroten van zelfvertrouwen, weerbaarheid, gezonde leefstijl en toekomst. Ook kun je maandelijks leeftijdsgenoten ontmoeten tijdens onze groepsbijeenkomsten.

### **STRONG GIRLS XL**

Coachingsprogramma van 21 weken voor jonge vrouwen vanaf 18 jaar, die samen met een rolmodel op zoek gaan naar balans tussen opleiding, werk en privé. Maandelijks organiseren we workshops over bijvoorbeeld geldzaken, toekomstbeeld en gezonde leefstijl.

### **STRONG GIRLS WORK**

Loopbaancoaching voor jonge vrouwen vanaf 18 jaar die op zoek zijn naar een duurzame baan. Samen met een loopbaancoach ga je op zoek naar jouw talenten en wensen. Maandelijks organiseren we inspirerende workshops om je op persoonlijk en professioneel vlak te ontwikkelen

### **STRONG GIRLS GO**

Een combinatie van groepscoaching en individuele koppeling aan een Strong Woman, speciaal voor MBO, HBO en WO studenten. Jouw persoonlijke en professionele ontwikkeling staat centraal.

### **STRONG GIRLS GROW**

Coachingsprogramma speciaal gericht op MBO studenten die verder willen studeren aan het HBO. Je wordt gekoppeld aan een rolmodel met wie je werkt aan persoonlijke en professionele vaardigheden.

## **GROEPSCOACHING ELANCE**

### **STRONG GIRLS TOGETHER**

Groepsprogramma op maat van ongeveer 8 weken over specifieke thema's als weerbaarheid, (mentale) gezondheid of seksualiteit op school.

### **STRONG GIRLS MEET**

Ontmoetingsplek en inloop voor meiden en jonge vrouwen in de buurt. Kijk op [www.elanceacademy.nl](http://www.elanceacademy.nl) voor een locatie bij jou in de buurt.

### **STRONG GIRLS WALK IN**

Inloopsprekuren speciaal voor meiden op school. Advies en een luisterend oor voor meiden op het gebied van identiteit, (mentale) gezondheid, seksualiteit en toekomstvragen



**Voor meer info & aanmelden**  
**[www.elanceacademy.nl](http://www.elanceacademy.nl)**

#### **AMSTERDAM**

Bos en Lommerplein 281  
1055 RW Amsterdam  
T. (020) 233 70 44

#### **DEN HAAG - ZOETERMEER**

Burgemeester van Karnebeeklaan 6A  
2585 BB Den Haag  
T. (020) 233 70 44