



## OVERZICHT ACTIVITEITEN TOT EN MET DE ZOMERVAKANTIE 2022

### VOOR OUDERS:

#### Papa & Mama café

Als kersverse ouders gebeurt er veel in jullie leven. En misschien hebben jullie veel vragen. Daarom is het idee ontstaan om een gezellige plek te creëren voor startende ouders. Een plek om andere ouders te ontmoeten, ervaringen te delen en elkaar op te zoeken.



#### Peuterinloop Kinderboerderij de Proosdij

De Proosdij Peuterinloop is een gratis bijeenkomst voor ouders/verzorgers en hun kinderen in de leeftijd tot en met 4 jaar.

Wat is er fijner dan klieren met water... met modder... of met verf?

Welke peuter houdt niet van klauteren, rennen en dansen? Of van knuffelen met dieren?



#### Adviespunt Relatie en Scheiden, 0-100 jaar

Adviespreekuur (vooralsnog telefonisch). Op vrijdag in de oneven weken kun je bellen naar Adviespunt Relatie en Scheiden! Heb je relatieproblemen en denk je erover om deze samen op te lossen? Of wil je uit elkaar gaan en weten hoe het nu verder moet? Neem dan contact op met het Adviespunt Relatie en Scheiding.



#### Maak je Relatie Sterk, 0-100 jaar

Versterken van de partner relatie door middel van een korte module van 4 bijeenkomsten. Voor gezinnen waar de extra zorgbehoefte een extra druk kan leggen op de partnerrelatie, bv. bij een kind met autisme.



#### Webinar 'Kan jij nog zonder?'

In onze huidige maatschappij wordt het gebruik van media steeds belangrijker. Van smartwatch tot laptop; overal om je heen zie je schermen en wordt het gebruikt. Ondanks dat het heel handig is en veel mogelijkheden biedt, kan het soms ook best ingewikkeld zijn en vragen oproepen.





## OVERZICHT ACTIVITEITEN TOT EN MET DE ZOMERVAKANTIE 2022

### VOOR OUDERS:

#### Op eigen kracht

Veel migranten vrouwen ervaren in het dagelijkse leven stress en spanning. Ze willen dit graag veranderen en meer in balans komen, maar weten vaak niet hoe je dit aan kunt pakken. In de cursus leren de vrouwen meer uit te gaan van hun eigen kracht en kwaliteiten.



#### Digitale Bijeenkomst Hechting en Ouderschap

Het CJG organiseert bijeenkomsten voor ouders/opvoeders van baby's in de leeftijd van 0 - 12 maanden. Een goede band met je baby heeft veel te maken met de hechting tussen ouders en hun kind. We gaan digitaal met elkaar in gesprek over hechting en hoe je dat vorm kunt geven in het ouderschap.



#### Digitale bijeenkomst Opvoedtoolbox

Workshop voor ouders/opvoeders van kinderen in de basisschoolleeftijd. Opvoeden? Soms best lastig! Hoe doe je dat nou? Hoe doen anderen het? Is er een hulppakket?



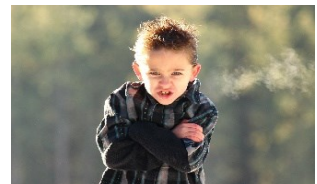
#### Webinar Ontwikkelingsvoorsprong? tot 6 jaar

Een Webinar voor ouders van peuters en kleuters in de leeftijd tot 6 jaar die vragen hebben over de ontwikkeling van hun kind. Hierbij is het mogelijk om vragen te stellen via de chat.



#### Webinar Kinderen & Pittige emoties, 1 tot 11 jaar

Kinderen kunnen behoorlijk pittige emoties hebben met als gevolg vaak pittig gedrag. Daar op een goeie en effectieve manier mee omgaan is best een uitdaging. Als je niet oplet dan maak je de emoties (onbedoeld) groter en het valt niet altijd mee om te dealen met zo'n emotioneel kind.



#### Muziek op schoot, 0 tot 4 jaar

Heerlijk zingen, dansen, springen, spelen en muziek maken op eenvoudige instrumentjes. Voor kinderen is dansen en zingen één en al blijheid en plezier! Pure levensenergie! Door met je kindje een liedje te zingen, te dansen of muziek te maken heb je elke dag de hele dag door kleine feestjes. Na de les is er gelegenheid om met een kopje koffie of thee met elkaar over opvoeden te praten.





## OVERZICHT ACTIVITEITEN TOT EN MET DE ZOMERVAKANTIE 2022

### VOOR OUDERS:

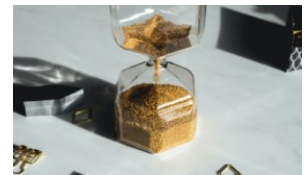
#### **ScheidingsAtlas**

Een scheiding is een ingrijpende gebeurtenis, zeker als je samen kinderen hebt. Hoe zorg je ervoor dat jullie de scheiding goed doorkomen, en hoe blijf je samen met je ex-partner betrokken ouders zonder daarbij zelf vast te lopen?



#### **Digitale bijeenkomst Time Management**

Iedereen kent de spitsuren in het gezin. Allemaal op tijd op school en op het werk? En 's avonds eten en op tijd naar bed? Hoe doe je dat nu een beetje ontspannen met elkaar? Een bijeenkomst om veel steun uit te halen.



#### **Webinar Zindelijkheid**

Bij dit webinar over Zindelijkheid wordt informatie gegeven aan ouders met kinderen in de leeftijd van 2-4 jaar die in deze periode ook aan de zindelijkheid gaan werken.



#### **Themabijeenkomst voor (aanstaande) samengestelde gezinnen**

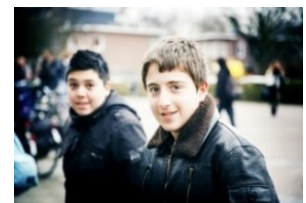
Een samengesteld gezin vormen is een spannende en uitdagende periode in het leven van zowel ouders, stiefouders als kinderen en stiefkinderen. Leven in een samengesteld gezin is teamwork en topsport. Wat komt er allemaal bij kijken? Waar moet ik als partner en ouder rekening mee houden? Wat betekent het voor de kinderen als je gaat samenwonen met een nieuwe partner? Hoe kan ik mijn kinderen en stiefkinderen hierin begeleiden?



### VOOR KINDEREN/JONGEREN:

#### **Kr8Kidzz Sociale Vaardigheidstraining, 9-12**

Voor sommige kinderen gaat de omgang met andere kinderen niet vanzelf. Zij kunnen geholpen worden om keuzes te maken en makkelijker in contact te komen met andere kinderen.





## OVERZICHT ACTIVITEITEN TOT EN MET DE ZOMERVAKANTIE 2022

### VOOR KINDEREN/JONGEREN:

#### KOPP-KOV groep 8-12 jaar

Als je als vader of moeder psychische problemen hebt, is dat niet altijd gemakkelijk. Vaak kun je dan wel wat ondersteuning gebruiken. Ook de kinderen kunnen in deze situatie behoefte hebben aan een steuntje in de rug.



#### Zomercursus Plezier op School, 8<sup>ste</sup> groepers

De overgang van de basisschool naar de middelbare school is voor kinderen een belangrijke stap in hun leven. Ze laten hun vertrouwde omgeving achter en gaan een hele nieuwe wereld in. Voor veel kinderen is dit spannend en leuk, maar er is ook een groep kinderen voor wie deze stap erg moeilijk of eng is.



#### Ontspanningsactiviteiten Jonge Mantelzorgers (JMZ) tot 12 jaar

Dit is een activiteit voor jonge mantelzorgers (JMZ) 12-. Bijvoorbeeld een zeskamp; 6 verschillende teams spelen in 2-tallen, waarin samenwerken centraal staat. We gaan de strijd aan tegen de andere groepjes.



#### Ontspanningsactiviteiten Jonge Mantelzorgers (JMZ) vanaf 12 jaar

Dit is een activiteit voor jonge mantelzorgers (JMZ) 12+. Bijvoorbeeld een avondje film kijken en popcorn snacken. lekker chillen met je leeftijdsgenoten.



**NB:** Er kunnen meer activiteiten bijkomen. Kijk voor het actuele overzicht, meer informatie en aanmelden op [www.cjgede.nl](http://www.cjgede.nl) onder 'Activiteiten'.

