

Heb je problemen om deze mail te lezen? [klik hier](#) om het in de browser te lezen.



Nieuwsbrief februari 2017

Een nieuwsbrief met interessante artikelen, leuke activiteiten, creatieve ideeën en de laatste ontwikkelingen in het brede veld van opgroeien en opvoeden. Stuur de nieuwsbrief door naar andere ouders en opvoeders.

Gezond groeien 1-4 jaar

online magazine

Het Voedingscentrum heeft een online magazine voor ouders van kinderen van 1 tot 4 jaar gepubliceerd. Hierin komen allerlei vragen aan bod over gezond eten en drinken voor dreumesen en peuters. Wat doe je bijvoorbeeld als je kind niet wil eten en hoe reageer je als je kind snoep wil in de supermarkt? Hoe zorg je ervoor dat 'ie later groot en sterk wordt? Het online magazine staat vol met tips over gezond eten en drinken, ervaringsverhalen van ouders en heerlijke recepten voor het hele gezin.

[Lees hier het magazine](#)

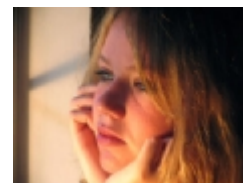


Meldpunt Aanpak Loverboys Limburg

stop seksuitbuiting minderjarigen!

Op school of in het uitgaansleven, bij hangplekken, internet en social media; je hebt het mis als je denkt dat loverboys alleen actief zijn in de grote steden. Ook in onze provincie vinden loverboypraktijken plaats. Wil je een signaal afgeven rondom Loverboy problematiek of maak je je zorgen om een (vermoedelijk) slachtoffer? Doe er iets mee en meld het bij het Digitale Meldpunt Aanpak Loverboys Limburg.

[ga naar de website](#)



Muziekinstrument maken

knutselidee

Zelf een muziekinstrument maken is dubbel leuk. Eerst het knutselen en daarna muziek maken! Leuk met carnavala!

[lees meer en ga aan de slag](#)



Prins Carnaval weet van NIX

Welke afspraken maak jij met je kind?

Alcohol en carnaval lijken onlosmakelijk met elkaar verbonden. De alcoholnorm, geen alcohol onder de 18 jaar, lijkt met carnaval vaak opgeschort. Veel jongeren nuttigen namelijk met carnaval hun eerste alcoholische drankje. Wil jij dat voor jouw puber?

[lees meer](#)



workshop Leren luisteren

positief opvoeden

9 februari in Leudal en 16 februari in Roerdalen - Iedere ouder kent momenten dat je kind niet luistert. Hoe ga je daar nou goed mee om? Hoe pak je dat positief aan? Leer dat in deze workshop. Het kost je 2 uur tijd, maar levert heel veel op!

[lees meer en meld je aan](#)



themabijeenkomst 18 jaar!...En dan?

voor jeugd en ouders

16 februari in Nederweert - 18 worden is natuurlijk best heel wat, maarre...weet je eigenlijk wel wat daar allemaal bij komt kijken? Je mag stemmen, alcohol kopen en een eigen (telefoon)abonnement afsluiten. Maar wist je ook dat het een hele verantwoordelijkheid is om volwassen te zijn? Voor jeugd en ouders!

[lees meer en meld je aan](#)



workshop Een goed slaappatroon aanleren

positief opvoeden

23 februari in Echt-Susteren - Als kinderen een goed slaappatroon hebben, geniet het hele gezin hiervan. In deze workshop krijg je handvatten om je kind makkelijk naar bed te laten gaan, in bed te laten blijven, door te laten slapen en 's ochtend niet te vroeg uit bed te laten komen.

[lees meer en meld je aan](#)



Centrum voor Jeugd en Gezin Midden-Limburg

www.cjgml.nl

088- 43 88 300



Meld je nu aan/af voor deze CJG nieuwsbrief