

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



Centrum voor Jeugd en Gezin

Nieuwsbrief voor ouders in Midden-Limburg

Oktober 2019

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.

Tip van de maand

huisdieren

Iedere maand geeft het Centrum voor Jeugd en Gezin 3 tips over een onderwerp dat we als ouders allemaal wel eens tegenkomen. Voor de maand oktober gaat het over huisdieren [lees meer](#)



Week van de opvoeding

7 t/m 13 oktober

Opvoeden doe je niet alleen, maar samen. Hand in hand met ouders of opvoeders, spelen ook de school, sportvereniging, burens, vrienden en familie een rol in de opvoeding van het kind. Zij vormen samen de omgeving waarin kinderen opgroeien en worden opgevoed. Hoe beter opvoeders en betrokken organisaties samenwerken en elkaar versterken, hoe beter het kind gezond, kansrijk en veilig kan opgroeien. De Week is een mooi moment om de handen ineen te slaan. We hebben daarom extra leuke activiteiten gepland voor ouders en belangstellenden. [lees meer](#)



Puberbrein Puber zijn

maandag 7 oktober 19.30-21.30 uur College Parklaan 1a Weert

De puberteit is een leuke maar ook ingewikkelde fase. Pubers moeten hun eigen weg ontdekken naar zelfstandigheid. Toch hebben ze hun ouders ook bij nodig om bij te sturen. Maar wanneer en hoe doe je dat? Tijdens onze interactieve avond gaan wij in op het pubergedrag en geven wij tips en tricks hoe je als ouder hiermee om kan gaan! [lees meer](#)



Workshop Positief gezonde kinderen

dinsdag 8 oktober 19.00-20.30 uur, Lifestyle Vitae Houtstraat 10 in Weert

Dit is een workshop voor opvoeders, leerkrachten en andere professionals, trainers en coaches van verenigingen. Kortom voor iedereen die met kinderen te maken heeft. Wat is Positieve Gezondheid? Hoe kan ik het toepassen in de omgang met (mijn) kinderen? Waarom zou ik dat willen doen? Hoe kom ik in gesprek met een kind over hoe die in zijn vel zit zonder dat ik standaard antwoorden krijg zoals -goed-, -prima-, -oke-.

[lees meer](#)



Lezing Zelfvertrouwen bij kinderen

woensdag 9 oktober 9.00-11.00 uur, CJG Bredeweg 239d Roermond

Zelfvertrouwen is belangrijk bij een goede ontwikkeling. Kinderen met zelfvertrouwen voelen zich vaker gelukkig, hebben succes in dingen die ze doen en maken gemakkelijk vrienden. Wat kun je als ouder doen om dat zelfvertrouwen te bevorderen? Welke bouwstenen kunnen we hierbij gebruiken?

[lees meer](#)



Workshop Muziek op School

woensdag 9 oktober 15.30-16.15 uur, Leeswinkel Bovenstestraat 11 in Echt

Samen met je (klein)kind (0-4 jaar) zingen, klappen, bewegen en spelenderwijs muziek maken. Er is een ruim assortiment muziekinstrumenten voor jonge kinderen aanwezig. Het spelelement wordt nadrukkelijk ingebracht. Ieder kind mag zichzelf zijn.

[lees meer](#)



Lezing Zelfstandige tieners

donderdag 10 oktober 19.30-21.30 uur CJG Schoolstraat 35 in Heythuysen

De puberteit is de fase tussen kindertijd en volwassenheid. Een fase waarin tieners oefenen met eigen keuzes maken en verantwoordelijkheden dragen. Met als doel om straks een gezond en gewenst zelfstandig leven te kunnen leiden. Om daar te komen kunnen we als ouders onze kinderen vaardigheden aanleren. Denk aan zelfdiscipline, problemen oplossen en vriendschappen onderhouden. Hoe je als ouder zorgt voor een goede balans tussen het zorgen voor je kind en (durven) loslaten.

[lees meer](#)



Kleine muis zoekt een huis

vrijdag 11 oktober 10.00-10.45 uur, Bibliotheek Kapelaniestraat 4 in Nederweert

Als Kleine Muis een grote, rode appel vindt, past deze niet in haar holletje en daarom gaat ze op zoek naar een grotere woning. Maar elk hol is bewoond en niet groot genoeg voor de eigenaar, zijn spullen, Kleine Muis en haar appel. Onderweg krijgt ze honger en neemt telkens hapjes uit haar appel. Zou Kleine Muis een geschikt holletje vinden? Een muzikale interactieve voorstelling voor ouders/ verzorgers, opa, oma en hun peuters en kleuters.

[lees meer](#)



Workshop Leren luisteren

donderdag 24 oktober 9.00-11.00 uur Pinnenhof Kapelaniestraat 4 Nederweert

Iedere ouder kent momenten dat je kind niet luistert, Leren gehoorzamen is een vaardigheid die kinderen helpt om later goed te kunnen functioneren in de maatschappij. Maar hoe doe je dat nou op een positieve manier? Zodat het geen straf is, maar jij als ouder en je kind het beide prettig vinden? Dat leer je in deze workshop!

[lees meer](#)

**Workshop Zelfredzaamheid stimuleren bij pubers**

woensdag 30 oktober 19.30-21.30 uur, CJG Chatelainplein 33 in Echt

Het is altijd moeilijk voor ouders als tieners vaker van huis zijn en beïnvloed worden door vrienden om dingen te doen die niet altijd goed voor hen zijn. Ouders kunnen hun tieners helpen om te gaan met de uitdagingen die ze tegenkomen. Maar hoe doe je dat nou, op een positieve manier? Zodat het geen straf is, maar jij als ouder en je tiener het beide prettig vinden? Dat leer je in deze workshop!

[lees meer](#)

**Training Sociale vaardigheden 9 t/m 12 en 13 t/m 15 jaar**

Start in oktober Weert en Roermond

Goede sociale vaardigheden spelen een belangrijke rol in het leven. Kinderen die moeite hebben met sociale vaardigheden worden vaak afgewezen door leeftijdgenoten en hebben veelal ook aanpassingsproblemen. Deze kinderen kunnen in een vicieuze cirkel belanden. Doordat ze moeite hebben met het leggen van sociaal contact worden ze sneller buiten gesloten, kunnen ze geen ervaring op doen in sociale vaardigheden en raken ze mogelijk nog meer achterop.

[lees meer](#)

**Brussen cursus**

Meerdere data

Hoe is het voor brussen om op te groeien met een broer of zus die -anders- is en vaak meer zorg en aandacht vraagt van de ouders? Tijdens de brussengroep van CJG-ML gaat speciale aandacht uit naar de brus.

[lees meer](#)

**Gezonde eetgewoonten**

Grote eters

Gezond eten en genoeg bewegen is heel belangrijk! Dat is de basis voor een gezond gewicht. Leer je kind zo vroeg mogelijk gezonde eetgewoonten aan. Als je zelf het goede voorbeeld geeft, door gevarieerd en niet de hele dag door te eten, zal je kind deze goede gewoonten van je overnemen. Dan heb je de grootste kans dat je kind op een gezond gewicht blijft.

[lees meer](#)

**Wij zijn de ouders van NIX**

en hebben duidelijke afspraken

Wij, zijn de ouders van de pubers van vandaag. Onze kids, komen uit de jaren zero, de jaren nix. En daar zijn we trots op. Want wij weten als geen ander dat we invloed hebben op het gedrag van onze kinderen. Bekijk hier de video [lees meer](#)

The logo for NIX18, featuring the word 'NIX' in orange and '18' in white on a purple background.

Maak het verschil voor een kind

Tips voor familie

Is er een kind binnen de familie waar jij je zorgen om maakt? Bijvoorbeeld omdat een kind altijd bij vriendjes of vriendinnetjes is en neit graag naar huis gaat, huiswerk niet of nauwelijks maakt mar wel lang op school blijft hangen en eenmaal thuis zich terugtrekt op de slaapkamer? Kijk dan hier hoe jij het verschil kan maken [lees meer](#)



Centrum voor Jeugd en Gezin Midden-Limburg

www.cjgml.nl

088- 43 88 300



[Meld je nu aan/af voor deze CJG nieuwsbrief](#)