



## OVERZICHT ACTIVITEITEN APRIL TOT OKTOBER 2024

### VOOR OUDERS:

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

Telefonisch adviessprekuur. Elke vrijdag 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.



#### 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 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?



#### 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. Eigenlijk begint dit al als er een nieuwe liefde in je leven komt. Wanneer introduceer ik deze bij de kinderen? Hoe bespreek ik eventuele plannen om samen te gaan leven? Wat komt er allemaal bij kijken? Waar moet ik als partner en ouder rekening mee houden? Hoe kan ik mijn kinderen en stiefkinderen hierin begeleiden?



#### Krachtig ouderschap

Een avond voor ouders met stress en spanning die het beste willen voor hun kind. Het opvoeden van kinderen is voor alle ouders/ verzorgers een hele uitdaging. Voor ouders die daarnaast te maken hebben met een periode waarin het minder goed met ze gaat, is het soms extra pittig.



#### Digitale bijeenkomst Ouderschap; Hoe houd je alle ballen in de lucht?

Als ouder moet je veel ballen in de lucht houden: denk aan werk, kind, partner, vrije tijd en soms ook nog (mantel)zorg. Druk, druk, druk! Dat kan lastig zijn. Het CJG ondersteunt ouders hier graag bij.





#### VOOR OUDERS:

##### **Positief omgaan met je Kind 4-12 jaar**

Veel migranten moeders ervaren in het dagelijkse leven stress en spanning bij de opvoeding van hun kinderen. De opvoeding van kinderen in Nederland verloopt vaak anders dan in land van herkomst.



##### **Je kind leren omgaan met tegenslagen 8-12**

Digitale voorlichtingsavond voor ouders van kinderen van 8 t/m 12 jaar over omgaan met somberheid, angst en depressie. Kinderen kunnen soms al veel druk en stress ervaren. Dat kan verschillende oorzaken hebben. Als een kind langdurig veel stress ervaart dan heeft dat invloed op hoe een kind zich voelt. Op langere termijn kan het zorgen voor psychische klachten.



##### **Pittige Pubers**

Deze cursus is bedoeld voor ouders die behoefte hebben aan concrete handvatten om met het soms onbegrijpelijke gedrag van hun opgroeiende tieners om te gaan. Opgroeiende tieners hebben baat bij veel liefde maar hoe kunt u uw kind weer bereiken als hij of zij in een afwerende houding is beland?



##### **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.



#### VOOR KINDEREN:

##### **Sammie en de Schatkist voor Jonge Mantelzorgers (JMZ) 4-9 jaar**

Dit is een activiteit voor jonge mantelzorgers (JMZ). Sammie de hond neemt je mee op avontuur waarbij jij de schatkist gaat vullen met dingen die handig zijn als je opgroeit als jonge mantelzorger.





## OVERZICHT ACTIVITEITEN

APRIL TOT OKTOBER 2024

### VOOR KINDEREN:

#### Dappere Dino's 6-8 jaar

In het programma Dappere Dino's leert uw kind beter om te gaan met de situatie die is ontstaan na de scheiding van u en uw ex-partner. Spelenderwijs met behulp van een handpop met de naam Rex, die ook gescheiden ouders heeft, worden gedachten en gevoelens onder woorden gebracht.



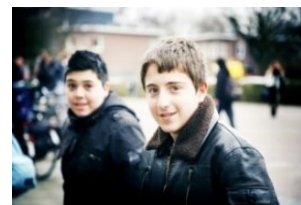
#### Brussengroep 7-11 jaar

De Brussengroep is voor kinderen die samenleven met een broer en/of zus met een (vermoeden van een) diagnose. De nadruk ligt op het gezonde kind en op wat dat kind ervaart in het gezin en met de broer/zus.



#### Kr8Kidzz Sociale Vaardigheidstraining 9-12 jaar

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. Deze trainingen worden op locaties in Ede stad en in de dorpen gegeven.



#### Meiden in beweging

Vind jij het lastig om voor jezelf op te komen? Je grenzen aan te geven? Zou jij sterker in je schoenen willen staan? Dan is 'Meiden in Beweging' echt iets voor jou! We maken het gezellig met elkaar, doen weerbaarheidsoefeningen en sportieve samenwerkingsspellen. Tijdens iedere training gaan we ook met elkaar in gesprek. En is er ruimte voor al jouw vragen.

**KNOW  
LIMITS**

#### Zomercursus Plezier op School, 8ste 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.



**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'.**