



## *Opvoeden in beeld*

*Kinderen zien ravotten, samen leuke dingen doen...  
daar genieten we van!*

*Toch zijn alle kinderen en jongeren ook een uitdaging voor hun ouders ...  
Tot hoe laat mag ik uitgaan? Ik wil nog niet gaan slapen! Ik lust dat niet!  
Ik kan dat niet! ...*

*In deze kalender – voorjaar 2017 – vind je infosessies over opvoeding én  
leuke activiteiten om samen met kinderen te doen.*



## *Groepsaanbod voor ouders van jonge gebruikers of gamers*

CGG Waas en Dender organiseert een groepsaanbod voor ouders van jongeren die alcohol of andere drugs gebruiken of problematisch gamen. We komen 5 keer samen. In elke sessie wordt een bepaald thema behandeld. Naast een informatief gedeelte is er ook mogelijkheid tot het uitwisselen van ervaringen met ouders in een gelijkaardige situatie. Wat verteld wordt is vertrouwelijk, zodat de veiligheid gegarandeerd wordt. Het aantal deelnemers is beperkt tot 12.

**Plaats:** Lokeren, Uebergdreef 12, CGG Waas en Dender

**Data:** 16/01, 23/01, 30/01, 6/02, 13/02 telkens van 19u30 tot 21u30

**Inschrijven:** 0471 71 10 17 via Marjolein Van de Velde

**Prijs:** gratis

**Organisator:** CGG Waas en Dender – Vroeginterventie

## *Muziek op schoot in de Speelbabbel*

De allerkleinsten (vanaf 9 maanden tot 3 jaar) kunnen samen met één (groot)ouder komen genieten van muziek. Kinderen vrolijken op wanneer je met hen zingt, danst of muziek maakt. Zowel liedjes, eenvoudige versjes als schootspelletjes komen aan bod. Deze workshop wordt verrijkt met muziekinstrumenten en speelse attributen.

**Plaats:** Zwijndrecht, Dorp Oost 42, Huis van het Kind

**Datum:** 18/1 om 10u00

**Inschrijven:** [huisvanhetkind@zwijndrecht.be](mailto:huisvanhetkind@zwijndrecht.be) of 03 250 49 84

**Prijs:** gratis

**Organisator:** Huis van het Kind Zwijndrecht

## *Verbindend Communiceren*

Kinderen zijn afhankelijk van de zorg van anderen. Ze spiegelen emoties en gedrag. De valkuil is dat we als ouder de eigenheid van het kind en zijn verantwoordelijkheid uit het oog verliezen. Doel van deze training is helderheid scheppen in de scheiding van eigen gevoelens en behoeften en die van het kind. Alleen dan is een open en eerlijke communicatie mogelijk. "Geweld" in gedrag of communicatie – zoals straffen en belonen, slaan en schreeuwen – is dan niet meer nodig. Deze trainingsreeks (5 sessies) richt zich naar ouders van kinderen tussen 2 en 12 jaar.

**Plaats:** Sint-Niklaas, Kazernestraat 35, Huis van het Kind

**Datum:** 18/1, 1/2, 15/2, 22/2 en 1/3 om 19u00

**Inschrijven:** [www.cm.be/agenda](http://www.cm.be/agenda) of [gpro.waasendender@cm.be](mailto:gpro.waasendender@cm.be)

**Prijs:** CM leden met VT €36, leden CM €72, niet-leden €144

**Organisator:** CM dienst Gezondheids promotie

## Ouder-kindyoga

Samen genieten en ontspannen met je kind. Ouder-kindyoga is op een speelse, eenvoudige manier yogahoudingen uitvoeren samen met je kindje (van 2,5 tot 6 jaar). Het is een ontdekkingstocht met veel fantasie, verhaal, liedjes, ontspanning, ademhalingspelletjes, massage... Door samen yoga te beleven, versterk je de band met je kind en krijgt je kind de volledige aandacht. De 5 lessen zijn dan ook gericht op de interactie tussen de ouder en het kind.

**Plaats:** Sint-Niklaas, Kazernestraat 35, Huis van het Kind

**Datum:** 21/1, 4/2, 18/2, 11/3 en 25/3 om 10u00

**Inschrijven:** [www.cm.be/agenda](http://www.cm.be/agenda) of [gpro.waasender@cm.be](mailto:gpro.waasender@cm.be)

**Prijs:** CM leden met VT €30, CM leden €60, niet-leden €120

**Organisator:** CM dienst Gezondheids promotie

## Knuffelturnen

Knuffelturnen is een plezierige manier van bewegingsopvoeding die gebaseerd is op de sherborne-technieken. Via speelse ontspannings- en behendigheidsoefeningen krijgen de kinderen samen met de ouder of grootouder de gelegenheid in vertrouwde sfeer te bewegen. Deze reeks bestaat uit 5 sessies.

**Plaats:** Zwijndrecht (Burcht), John Tulpinckstraat 15, Mouterij

**Datum:** 28/1, 4/2, 11/2, 18/2 en 25/2 om 9u30

**Inschrijven:** [griet.defloor@gmail.com](mailto:griet.defloor@gmail.com) of 0476 56 07 11

**Prijs:** leden Gezinsbond €25, niet-leden €35 ( per duo ouder-kind) voor de reeks

**Organisator:** Gezinsbond Zwijndrecht - Burcht

## *Babymassage*

Een moment van rust en ontspanning voor je baby en jezelf. Bovendien kan het helpen om een onrustige of zenuwachtige baby te kalmeren. Voor baby's van 6 weken tot 6 maanden.

**Organisator:** CM

**Prijs:** gratis

**Inschrijven:** [www.cm.be/agenda](http://www.cm.be/agenda)

**Sint-Niklaas**, Huize de Meerleer (02/2 of 27/4 om 9u30), Welzijnshuis (14/3 of 13/6 om 13u00) en Huis van het Kind (10/2, 24/3, 05/5 of 04/8 om 9u30)

**Beveren**, Wit-Gele Kruis (24/1, 21/3 of 06/6 om 9u30)

**Kieldrecht**, Consultatiebureau (24/1, 07/3 of 06/6 om 13u30)

**Lokeren**, Zaal Het Volk (02/2 of 27/4 om 09u30)

**Kruibeke**, Domein Broeders van Liefde (07/2 of 25/4 om 09u30)

**Sint-Gillis-Waas**, Consultatiebureau (21/02 of 13/6 om 10u00)

**Waasmunster**, Hoogendonck (23/2, 18/5 of 24/8 om 13u00)

**Stekene**, Consultatiebureau (23/2 of 01/6 om 13u30)

**Temse**, CM huis Amelberga (17/1 of 09/5 om 9u30)

**Zwijndrecht**, Huis van het Kind (31/1, 27/2, 27/3, 24/4, 29/5 of 26/6 om 13u30)



## ***EHBO bij baby en kind***

Een ongeval is snel gebeurd, zeker bij jonge kinderen. Tijdens deze infosessie krijg je als ouder uitleg over wat je zelf kan doen in verschillende situaties, maar leer je ook wanneer het tijd is voor een doktersbezoek. Onderwerpen die onder andere aan bod komen zijn: huidwonden, splinter verwijderen, brandwonden, breuk, kneuzing of verstuiking van de ledematen, hoofdletsel, voorwerp in neus of oor, bloedneus, insecten- of tekenbeet, koorts (stuipen), verslikking, vergiftiging, wat hoort er thuis in de huis- en reisapotheek.

**Plaats:** Sint-Niklaas, Kazernestraat 35, Huis van het Kind

**Datum:** 6/2 om 19u30

**Inschrijven:** [www.cm.be/agenda](http://www.cm.be/agenda) of [gpro.waasendender@cm.be](mailto:gpro.waasendender@cm.be)

**Prijs:** CM leden met VT €1, CM leden €2, niet-leden €5

**Organisator:** CM dienst Gezondheidspromotie

## ***Kinderen helpen bij verlies en verdriet***

Verdriet en verlies maken deel uit van het leven. Maar soms komt het heel dichtbij, zoals bij het overlijden van een familielid, klasgenoot of vriend of een scheiding van de ouders. Kunnen (kleine) kinderen de dood wel begrijpen? Moeten we kinderen niet beschermen tegen verdriet? Hoe kan je kinderen helpen een scheiding te verwerken? Manu Keirse geeft tijdens deze lezing antwoorden en inzichten. Zo kan je beter begrijpen wat kinderen met verdriet doormaken en leer je hoe je hen kan steunen.

**Plaats:** Zwijndrecht, Idsteinlaan 18, Sint Martinus school Burcht

**Datum:** 14/2 om 20u00

**Inschrijven:** [huisvanhetkind@zwijndrecht.be](mailto:huisvanhetkind@zwijndrecht.be) of 03 250 49 84

**Prijs:** gratis

**Organisator:** Gezinsbond Zwijndrecht-Burcht i.s.m. Huis van het Kind Zwijndrecht

## *Doe-sessie 'Peuters in Actie'*

Tijdens 2 doe-sessies krijgen (groot)ouders en hun peuters actieve speel- en beweegtips. Tussen 1,5 en 3 jaar is spelen, lopen, springen, dansen..., kortom bewegen, hun belangrijkste bezigheid. En wat is er leuker dan samen spelen en bewegen. Peuterbewegen geeft je een brede waaier aan spelimpulsen en beweegtips waarmee je thuis makkelijk aan de slag kan. Aangezien het om een doe-sessie gaat, draag je best losse en makkelijk zittende kledij. Een actief moment voor (groot)ouder en kind!

**Plaats:** Sint-Niklaas, Kazernestraat 35, Huis van het Kind

**Datum:** 15/2 om 14u00 en 29/4 om 10u00

**Inschrijven:** [www.cm.be/agenda](http://www.cm.be/agenda) of [gpro.waasendender@cm.be](mailto:gpro.waasendender@cm.be)

**Prijs:** gratis

**Organisator:** CM dienst Gezondheidspromotie

## *Gezond opvoeden, kinderspel?*

Deze vorming wil ouders en andere opvoedingsverantwoordelijken bijstaan in het omgaan met voedingsgerelateerde vragen. Een diëtiste legt uit waarom frietjes en snoep 'er gemakkelijk ingaan' en kinderen hun neus vaak ophalen voor gezonde voeding zoals groenten en vis. Ook allerlei opvoedingsvragen komen aan bod zoals: Hoe kan ik een kind overtuigen toch groenten te eten? Hoe gezond is frisdrank en fruitsap? Moet een bordje altijd leeggegeten zijn? Kan je je kind "verplichten" om te sporten? Hoe maak ik afspraken rond TV en/of computertijd?

**Plaats:** Temse, Kouterstraat 1, OCMW Temse

**Datum:** 21/2 om 19u30

**Inschrijven:** [kinderopvang@ocmwtemse.be](mailto:kinderopvang@ocmwtemse.be) of 03 710 25 50 (51)

**Prijs:** gratis

**Organisator:** Diëtiste Astrid De Smedt in opdracht van CM Leuven

## *Muziek op Schoot in Speelhuis Huppel*

We organiseren een reeks van 3 sessies 'Muziek op Schoot' in Speelhuis Huppel. In deze sessies zingen we allerlei liedjes, dansen we samen op verschillende muziekstijlen en schudden we eenvoudige versjes uit onze mouw. Het is zalig om te zien hoe de relatie tussen ouder en kind wordt verstevigd door de interactie. De les duurt 45 minuten waarbij we aansluitend tijd maken voor een koffie/thee- of soepmoment.

**Plaats:** Sint-Niklaas, Kazernestraat 35, Huis van het Kind

**Datum:** 16/3, 23/3, 30/3 om 9u30

**Inschrijven:** [speelhuis.huppel@sint-niklaas.be](mailto:speelhuis.huppel@sint-niklaas.be) of 03 760 47 90

**Prijs:** gratis

**Organisator:** Spel- en ontmoetingsruimte Speelhuis Huppel i.s.m. Klinkklank vzw

## *Meneer Zee in de Speelbabbel*

Meneer Zee komt vertellen en ons vergezellen. Hij komt met tovergeheimen en leert ons rijmen. Met de hand- en vingerspelletjes kunnen kinderen (van 1 tot 3 jaar) en ouders zelf meedoen! Zowel de allerkleinsten als hun (groot)ouder zullen hiervan genieten.

**Plaats:** Zwijndrecht, Dorp Oost 42, Huis van het Kind - Speelbabbel

**Datum:** 22/3 om 10u00

**Inschrijven:** [huisvanhetkind@zwijndrecht.be](mailto:huisvanhetkind@zwijndrecht.be) of 03 250 49 84

**Prijs:** gratis

**Organisator:** Huis van het Kind Zwijndrecht i.s.m. Meneer Zee



## *Een kind met een etiketje*

Je merkt dat je kind niet kan volgen of zich anders dan andere kinderen gedraagt? Je maakt je zorgen, probeert het te begrijpen en zoekt antwoorden. Je bent blij als je eindelijk weet wat er is. Je kind heeft een etiket: ADHD, autisme, verlegen, hooggevoelig, hoogbegaafd... En nu? Hoe ga je daarmee om? Wat vertel je aan je omgeving? En wat niet? Wat zeg je tegen je kind? Wout is nog steeds Wout, en Hanne blijft Hanne. Wat heeft je kind nodig zodat het zich het best kan ontwikkelen? Hoe zorg je ervoor dat je omgeving daaraan meewerkt?

**Plaats:** Beveren, Gravenplein 2, CC Ter Vesten

**Datum:** 20/4 om 19u30

**Inschrijven:** [www.vormingplus.be/waas-en-dender](http://www.vormingplus.be/waas-en-dender) of 03 775 44 84

**Prijs:** €9 (met korting €4,50)

**Organisator:** Vormingplus Waas-en-Dender, Cultuurbeleid Beveren

## *Pleasant naar dromenland*

Deze workshop gaat over slaap bij kinderen van 2 tot 6 jaar. Zowel slaapgedrag, een goede slaaphygiëne, het slaapritueel als slaapmoeilijkheden komen aan bod. Je krijgt tips en informatie om thuis direct mee aan de slag te gaan.

**Plaats:** Zwijndrecht, Binnenplein 1, AC

**Datum:** 25/4 om 19u00

**Inschrijven:** [huisvanhetkind@zwijndrecht.be](mailto:huisvanhetkind@zwijndrecht.be) of 03 250 49 84

**Prijs:** gratis

**Organisator:** CM dienst Gezondheids promotie i.s.m. Huis van het Kind Zwijndrecht

## *Baby Yoga in Speelhuis Huppel*

We organiseren een reeks van 4 sessies ouder-baby yoga voor baby's van 3 tot 8 maanden. In de ouder-baby yoga gaat het over jou, je kindje en de interactie tussen jullie beiden. De echte yogahoudingen zijn weggelegd voor jou als ouder. Jouw baby geniet van de positieve effecten van aanraking, beweging, ritme en ontspanning. Aansluitend is er de mogelijkheid om na te praten met een kopje koffie of thee.

**Plaats:** Sint-Niklaas, Kazernestraat 35, Huis van het Kind

**Datum:** 27/4, 4/5, 11/5, 1/6 om 9u30

**Inschrijven:** [speelhuis.huppel@sint-niklaas.be](mailto:speelhuis.huppel@sint-niklaas.be) of 03 760 47 90

**Prijs:** gratis

**Organisator:** Spel- en ontmoetingsruimte Speelhuis Huppel i.s.m. Mayoki

## *Verteller in de peuterhoek*

Een verteller neemt je mee in de wereld van rijmpjes en verhalen voor de allerkleinsten. Dit belevingsmoment is bedoeld voor kinderen van 1 tot 3 jaar, samen met één (groot)ouder. Een sfeervolle activiteit voor kind en (groot)ouder in de peuterhoek van de bib. Daarna kan er ook nog gespeeld worden met het materiaal van de speel-o-theek. Dat wordt samen genieten!

**Plaats:** Zwijndrecht, Binnenplein 1, Bibliotheek

**Datum:** 9/5 om 14u00

**Inschrijven:** [huisvanhetkind@zwijndrecht.be](mailto:huisvanhetkind@zwijndrecht.be) of 03 250 49 84

**Prijs:** gratis

**Organisator:** Huis van het Kind Zwijndrecht i.s.m. Bibliotheek Zwijndrecht

## *Mijn ouders zijn uit elkaar*

Als ouders uit elkaar gaan, is dat voor alle kinderen, los van hun leeftijd, een heftige gebeurtenis. Hoe ga je als ouder om met de onrust, boosheid en het verdriet van je kind(eren)? Hoe kan de omgeving kinderen en ouders tot steun zijn. Deze lezing wordt gegeven door Claire Wiewauters, pedagoog en psychotherapeut voor kinderen, jongeren en gezinnen.

**Plaats:** Beveren, Gravenplein 2, CC Ter Vesten

**Datum:** 18/5 om 20u00

**Inschrijven:** [huisvanhetkind@beveren.be](mailto:huisvanhetkind@beveren.be) of 03 750 46 40

**Prijs:** gratis

**Organisator:** Huis van het Kind Beveren i.s.m. Gezinsbond Beveren



## *Help tieners kiezen*

Silke twijfelt bij elke beslissing die ze moet nemen. Abdel weet niet wat hij wil studeren. Ken laat zich leiden door wat zijn vrienden willen. Jongeren moeten heel wat persoonlijke keuzes maken: studie, vrienden... En dat kan lastig zijn, want kiezen is winnen, maar soms ook verliezen. In deze workshop leer je een puber begrijpen en ondersteunen bij het maken van keuzes. Je krijgt inzicht in verschillende keuzestijlen en handvaten om je tiener te helpen kiezen. Verder kan je ervaringen en bedenkingen uitwisselen met de andere deelnemers.

**Plaats:** Beveren, Gravenplein 2, CC Ter Vesten

**Datum:** 31/5 om 19u30

**Inschrijven:** [www.vormingplus.be/waas-en-dender](http://www.vormingplus.be/waas-en-dender) of 03 775 44 84

**Prijs:** €9 (met korting €4,50)

**Organisator:** Vormingplus Waas-en-Dender, Cultuurbeleid Beveren, Bib Beveren, VCOK

## *Gezond kinderfeestje in de Speelbabbel*

Tijdens deze workshop worden lekkere, budgetvriendelijke en gezonde hapjes gemaakt samen met de allerkleinsten. Dat wordt gezellig samen smullen! Deze workshop is voor kinderen van 1 tot 3 jaar, samen met één (groot)ouder.

**Plaats:** Zwijndrecht, Dorp Oost 42, Huis van het Kind - Speelbabbel

**Datum:** 21/6 om 10u00

**Inschrijven:** [huisvanhetkind@zwijndrecht.be](mailto:huisvanhetkind@zwijndrecht.be) of 03 250 49 84

**Prijs:** gratis

**Organisator:** Huis van het Kind Zwijndrecht - Speelbabbel

## *Workshops & infoavond Centrum ZitStil*

Tijdens de workshops opvoedingsondersteuning gaan ouders samen met de regiocoach van Centrum ZitStil dieper in op een bepaald thema. Centrum ZitStil begeleidt het gesprek tussen de deelnemers. Ouders hebben de kans om ervaringen rond het thema te delen. Volgende thema's komen in het voorjaar aan bod:

### **Workshop Studeren met ADHD in het secundair (24/1 om 20u00)<sup>1</sup>**

De stap naar het secundair onderwijs is groot. Er wordt van leerlingen meer zelfstandigheid verwacht in de studie en ook de hoeveelheid huiswerk stijgt. En wat dan als je ADHD hebt?

### **Workshop ADHD? Breng structuur in de chaos (7/03 om 20u00)<sup>1</sup>**

Kinderen met ADHD hebben structuur nodig. Maar wat is daarbij de goede aanpak en hoe breng je dit in de dagelijkse gang van zaken?

### **Workshop Belonen & straffen van kinderen met ADHD (18/04 om 20u00)<sup>1</sup>**

Kinderen met ADHD kunnen ouders voor een hele uitdaging plaatsen: ze houden zich niet aan de regels, vergeten huishoudelijke taken te doen... Hoe vind je de goede aanpak?

### **Infoavond ADHD: Leven in een andere versnelling (23/05 om 20u00)<sup>2</sup>**

Wat is ADHD nu echt? Zijn kinderen met ADHD niet gewoon stout? En wat doe je als ouder, opvoeder of leerkracht als je met een kind met ADHD geconfronteerd wordt? Hoe ga je om met kinderen die onaanbachtig en impulsief zijn? Na de uiteenzetting over ADHD geven we u graag nog de gelegenheid om vragen te stellen.

**Plaats:** Sint-Niklaas, Kazernestraat 35, Huis van het Kind

**Inschrijven:** [www.zitstil.be](http://www.zitstil.be)

**Prijs:** abonnee van ZitStil-magazine €3<sup>1</sup> - €5<sup>2</sup>, niet-abonnee €5<sup>1</sup> - €7<sup>2</sup>

**Organisator:** Centrum ZitStil

# Reanimeren van baby en kind

Een ongeluk zit in een klein hoekje. Zeker met baby's en kleine kinderen. Je kind kan zich verslikken, onder water geraken, hard vallen... Veel ouders weten niet wat precies te doen in noodgevallen. Je leert op deze avond eenvoudige technieken van hartmassage en mond-op-mondbeademing specifiek voor baby's en kinderen. Bij voorkeur volgde je al een infosessie EHBO bij baby's en kinderen. Max. 12 deelnemers.

**Plaats:** Sint-Niklaas, Kazernestraat 35, Huis van het Kind

**Datum:** 8/3 of 30/3 om 19u30

**Inschrijven:** [www.cm.be/agenda](http://www.cm.be/agenda) of [gpro.waasendender@cm.be](mailto:gpro.waasendender@cm.be)

**Prijs:** CM leden met VT €5, CM leden €10, niet-leden €15

**Organisator:** CM dienst Gezondheidspromotie

## We maken je graag wegwijs in het aanbod:

### Huis van het Kind Lokeren

09 340 96 01 [samenleving@lokeren.be](mailto:samenleving@lokeren.be)

### Sociaal Huis Beveren

03 750 46 40 [sociaalhuis@beveren.be](mailto:sociaalhuis@beveren.be)

### Dienst Kinderopvang Temse

03 710 25 50 [kinderopvang@ocmwtemse.be](mailto:kinderopvang@ocmwtemse.be)

### Team Gezin, Welzijn en Gezondheid Stekene

03 790 03 60 – 61 [gezin@stekene.be](mailto:gezin@stekene.be)

### Dienst buitenschoolse kinderopvang Kruikebe

03 740 02 49 [kinderopvang@kruikebe.be](mailto:kinderopvang@kruikebe.be)

### Huis van het Kind Sint-Niklaas

03 760 47 90 [elke.schoof@sint-niklaas.be](mailto:elke.schoof@sint-niklaas.be)

### Dienst Welzijn Sint-Gillis-Waas

03 727 17 35 [welzijn@sint-gillis-waas.be](mailto:welzijn@sint-gillis-waas.be)

### Huis van het Kind Zwijndrecht

03 250 49 84 [huisvanhetkind@zwijndrecht.be](mailto:huisvanhetkind@zwijndrecht.be)

### Sociaal Huis Waasmunster

052 25 13 00 [info@sociaalhuiswaasmunster.be](mailto:info@sociaalhuiswaasmunster.be)

