



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 – najaar 2019 – vind je infosessies over opvoeding én
leuke activiteiten om samen met kinderen te doen*

Groeimee.be

 **opvoedingslijn.be**
078 15 00 10

Peuterbabbels

Een open gesprek rond peuterpuberteit. Kind & Gezin nodigt je van harte uit op de gratis ouderavond rond het thema peuterpuberteit. Heb je nood aan enkele bruikbare tips en tricks en wil je vooral ook uitwisselen met andere ouders, sluit dan zeker aan bij de ouderavond. Alle (groot) ouders zijn welkom!

.....
Plaats: Lokeren, Sportlaan 2, Huis van het Kind Lokeren

Data: 3/9 en 3/12 telkens om 19u30

Inschrijven (voor ouders met kinderen van 1,5 tot 3 jaar):
regiohuis.lokeren@kindengezin.be

Prijs: gratis

Organisator: Kind & Gezin i.s.m. Huis van het Kind Lokeren

.....
Plaats: Waasmunster, Molenstraat 41, Consultatiebureau Kind & Gezin

Datum: 24/10 van 19u30 tot 22u

Inschrijven: 0499 99 61 25 of liesken.everaert@kindengezin.be

Prijs: gratis

Organisator: Liesken Everaert en Marie-Lise Motte van Kind en Gezin Waasmunster

Huiswerk! Jouw kopzorg? Je kind met ADHD begeleiden bij huiswerk

Workshop voor ouders. Huiswerk maken is er voor kinderen en studenten met ADHD vaak te veel aan. Velen lopen op school al de hele dag op de toppen van hun tenen of moeten te lang stilzitten. Niet simpel voor een kind of jongere met ADHD én voor de ouders die dit proces mee willen begeleiden. Daarom gaan we tijdens deze workshop samen onderzoeken welke tips en inzichten jou als ouder kunnen ondersteunen om jouw kind zo goed mogelijk te begeleiden bij het studeren en maken van huiswerk.

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

Data: 10/9 om 20u

Prijs: abonnee van ZitStil-magazine € 3, niet-abonnee € 5

Inschrijven: www.zitstil.be

Organisator: Centrum ZitStil i.s.m. Huis van het Kind



Muziek op schoot

Jonge kinderen kunnen echt genieten van muziek. In Speelhuis Huppel gaan we samen met de (groot)ouders muziek maken, allerlei liedjes zingen, dansen en schudden we eenvoudige versjes uit onze mouw. Deze activiteit is geschikt voor kinderen tussen 0 en 3 jaar. Eén sessie duurt 45 minuten. Daarna maken we nog tijd om na te praten bij een tas koffie of thee en samen te spelen in Speelhuis Huppel. Onthaal vanaf 13u30.

.....

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

Data: 12/9, 10/10 en 21/11 telkens om 14u (onthaal vanaf 13u30)

Doelgroep: (groot)ouder met kind tussen 0 en 3 jaar

Prijs: gratis

Inschrijven: speelhuis.huppel@sint-niklaas.be of 03 778 37 00

Organisator: Speelhuis Huppel

Zwangerschapsyoga

Negen maanden tijd om aan elkaar te wennen en elkaar wat te leren kennen. Om je voor te bereiden op de komst van een nieuw persootje. In de zwangerschapsyoga versterken we je spieren, maar ook de band tussen jou en je kind wordt dieper. Je krijgt even tijd om tot rust te komen. De ademhalingsoefeningen (pranayama's), massage technieken en meditatie die we doen, kunnen je ook tijdens je bevalling helpen.

Zwangerschapsyoga is perfect veilig vanaf de 14e week van de zwangerschap tot de laatste dag, als er tenminste geen contra-indicaties zijn. 10-delige lessenreeks. Maximum 10 deelnemers.

.....

Plaats: Lokeren, Sportlaan 2, Huis van het Kind

Data: 17/9, 24/9, 1/10, 8/10, 15/10 en 22/10, 5/11, 12/11, 19/11 en 26/11

Prijs: € 50

Inschrijven: corienvanbogaert@gmail.com

Organisator: Huis van het Kind Waas & Dender

Postnatale yoga

Voor nieuwe mama's en hun baby's vanaf 8 weken. Na 9 zwangere maanden is het tijd om jezelf opnieuw te leren kennen. Om je lichaam te helpen ontspannen én versterken. En om fijne momentjes met je kind te beleven. Postnatale yoga helpt je je kracht terug te vinden na je zwangerschap en je bevalling.

.....

Plaats: Lokeren, Sportlaan 2, Huis van het Kind

Data: 5-delige lessenreeks: reeks 1: 17/9, 24/9, 1/10, 8/10 en 15/10 of reeks 2: 22/10, 5/11, 12/11, 19/11 en 26/11 telkens van 10u tot 11u

Prijs: € 25

Inschrijven: corienvanbogaert@gmail.com

Organisator: Huis van het Kind Lokeren

Triple P, Positief opvoeden

Triple P staat voor Positive Parenting Program of positief opvoeden. De meeste ouders vinden opvoeden leuk en halen er veel voldoening uit. Af en toe stelt het gedrag van kinderen het geduld van ouders danig op de proef. Via eenvoudige stappenplannen en kleine veranderingen in de aanpak leert Triple P je om die situaties anders aan te pakken. Kleine veranderingen die een groot verschil kunnen maken voor jou en je gezin. Met Triple P krijg je meer inzicht in hoe je gezin in elkaar zit. Je leert door wat je zegt, denkt, voelt en doet.

.....

Plaats: Beveren, Gravenplein 2, Ter Vesten, Mediazaal

Data: 2 reeksen van 6 sessies: reeks 1: 17/09, 24/09, 1/10, 8/10, 15/10, 22/10 of reeks 2: 5/11, 12/11, 19/11, 26/11, 3/12, 10/12 telkens van 19u tot 21u15

Prijs: gratis (sterk aanbevolen: kostprijs handboek € 25)

Inschrijven: huisvanhetkind@beveren.be

Organisator: Huis van het Kind Beveren i.s.m. CKG Het Open Poortje

Ouder-kind Yoga

Ouder-kindyoga is op een speelse, eenvoudige manier yogahoudingen uitvoeren samen met je kind. Het is een ontdekkingstocht met veel fantasie, verhaal, liedjes, ontspanning, ademhalings-spelletjes, massage. Door samen yoga te beleven, versterk je de band met je kind en krijgt je kind de volledige aandacht.

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

Data: 2 reeksen van 6 sessies, Reeks 1: **14/09, 21/09, 28/09, 12/10, 19/10, en 26/10** (voor ouder met kind tussen 2,5 en 6 jaar); Reeks 2: **9/11, 23/11, 30/11, 7/12, 14/12, 21/12** telkens van 9u30 tot 10u30

Doelgroep: ouder met kind tussen 2,5 en 6 jaar

Prijs: € 12 CM-leden, € 6 CM-leden met VT, € 24 niet-CM-leden (per reeks)

Inschrijven: www.cm.be/agenda of 03 760 38 11

Organisator: CM Waas & Dender

Plaats: Beveren, Pastoor Steenssensstraat 108a, Lago De Meerminnen, Yogazaal

Data: 2 reeksen van 6 sessies, Reeks 1: **14/09, 21/09,**

28/09, 12/10, 19/10, en 26/10 (voor ouder met kind tussen 2,5 en 6 jaar); Reeks 2: **9/11, 23/11, 30/11, 7/12, 14/12, 21/12** telkens van 11u15 tot 12u15

Doelgroep: ouder met kind tussen 2,5 en 6 jaar

Prijs: € 12 CM-leden, € 6 CM-leden met VT, € 24 niet-CM-leden (per reeks)

Inschrijven: www.cm.be/agenda of 03 760 38 11

Organisator: CM Waas & Dender

Plaats: Lokeren, Sportlaan 2, Huis van het Kind

Data: 19/10 en zelfde sessie op 30/11 telkens om 10u (voor ouder met kind van 2,5 tot 6 jaar)

Doelgroep: ouder met kind van 2,5 tot 6 jaar

Prijs: € 5 per sessie

Inschrijven: corienvanbogaert@gmail.com

Organisator: Huis van het Kind Lokeren

Plaats: Zwijndrecht, Fortlaan 1, Sporthal Den Draver

Datum: 24/11 om 10u30

Doelgroep: ouder met kind van 6 tot 9 jaar

Prijs: € 5 basisprijs; € 2,5 Z-pas

Inschrijven: Gezinsbond@zwebsite.be of 0485 40 89 77 (voor ouder met kind van 6 tot 9 jaar)

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

Druk, druk, druk

Drukdrukdruk! Een veelgehoorde verzuchting bij ouders die het gevoel hebben zichzelf voorbij te lopen. Wat kan je doen om zuurstof te krijgen in je gezin? Hoe kan je mentale ruimte creëren? Een interactieve lezing door Nina Mouton. Nina is psychologe en contextueel therapeute (i.o.). Nina is vaste columnist op Radio1.be. Haar eigen zoektocht binnen het (onvoorwaardelijk) ouderschap maakt deel uit van de lezingen. Op deze infosessie laten we je zien hoe ouderschap echt wordt ervaren en belangrijker, we geven je tips die je kunnen helpen.

Plaats: Beveren, Floralaan 35A, Speelplein Bartje

Datum: **22/9** van 10u tot 13u (met mogelijkheid tot lunch)

Prijs: standaard: € 10, VT: € 5

Inschrijven: www.cm.be/agenda of 03 760 38 11

Organisator: CM Waas & Dender

EHBO bij kinderen

Een workshop gericht op baby en kind (0-12j) van ongeveer 2 uur waarbij o.a. volgende thema's aan bod komen: omgaan met een angstig kind en geruststelling, contacteren van hulpdiensten, reanimatie, verstikking, wondverzorging, vergiftiging, koortsstuipen,...

Plaats: Beveren, Gravendreef 1, Rode Kruis gebouw

Datum: **24/9** van 19u45 tot 22u15

Prijs: gratis

Inschrijven: huisvanhetkind@beveren.be

Organisator: Huis van het Kind Beveren

Speelnamiddagen

Kom jij samen met je peuter spelen? Huis van het Kind Temse en Kind en Gezin organiseren speelnamiddagen voor (groot)ouders en (klein) kinderen van 0 tot 3 jaar.

Gezellig samen spelen, praten met andere ouders, knutselen, buitenspelen,
Opvoeden doe je niet alleen!

.....
Plaats: Temse, Akkerstraat 28, Sint-Amelbergaschool

Datum: 25/9, 30/10, 20/11 en 18/12 van 14u tot 16u

Prijs: gratis zonder inschrijven

Meer info: 0475 45 78 58 of huisvanhetkind@ocmwtemse.be

Organisator: Huis van het Kind Temse en Kind & Gezin

Babybabbels

Het is niet altijd evident, een baby in huis. Vraag jij je ook wel eens af hoe anderen dat doen? Twijfel jij soms of je het allemaal wel goed aanpakt?

Een babybabbel is een ontmoetingsmoment voor ouders en hun baby tot 9 maanden. Tijdens elke sessie is er een leuke workshop voorzien.

Je kan inschrijven per 3 sessies.

.....
Plaats: Beveren, Grote Markt 24, Rachamim

Datum: Iedere laatste donderdag van de maand: 26/09, 31/10, 28/11 van 10u30 tot 12u

Prijs: gratis

Inschrijven: huisvanhetkind@beveren.be

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

Schapenwolkjeswit

Tijdens deze workshop ontdek je als (groot)ouder samen met je (klein)kind leuke slaapritueeltjes die je thuis kan toepassen. Slaapritueeltjes brengen ritme en rust aan het einde van de dag en bereiden je kindje voor op de nachtrust. Het slaapritueel is plezierig en een kwalitatief moment voor ouder en kind. Breng een zacht deken-tje en een knuffel mee!

.....
Plaats: Beveren, Gravenplein 2, Ter Vesten, polyzaal 1

Datum: 21/09 om 10u

Prijs: gratis

Inschrijven: huisvanhetkind@beveren.be

Organisator: Gezinsbond

Peuters in actie

Actieve speel- en beweegtips voor (groot)ouders en hun peuters. Tussen 1,5 en 3 jaar is spelen, lopen, springen, dansen hun belangrijkste bezigheid. En wat is er leuker dan samen spelen en bewegen? Peuterbewegen geeft je een brede waai-er aan spelimpulsen en beweegtips waarmee je thuis gemakkelijk 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 (klein)kind.

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

Data: 25/9 om 14u en zelfde sessie op 2/11 om 10u

Prijs: gratis

Inschrijven: www.cm.be/agenda of 03 760 38 11

Organisator: CM Waas & Dender

.....
Plaats: Beveren, Gravenplein 2, CC Ter Vesten, polyzaal 3

Data: 9/10 om 14u en 16/11 om 10

Prijs: gratis

Inschrijven: www.cm.be/agenda of 03 760 38 11

Organisator: CM Waas & Dender

Ontdek de durver in jezelf

Assertiviteit voor kinderen van 10 tot 12 jaar. Vind je het moeilijk om voor jezelf op te komen? Ben je soms onzeker in je contacten met anderen? Voel je je wel eens boos of verdrietig omdat je jezelf niet kan of durft te zijn? Dan is deze training zeker iets voor jou. Samen met andere kinderen ga je op zoek naar jezelf onder begeleiding van een kinderpsycholoog.

.....

Plaats: Sint-Niklaas, De Castrodreef 2, Castrohof

Data: Infosessie op **1/10** om 19u30. Vervolgdata: **5/10, 12/10, 19/10 en 9/11, 16/11, 23/11 en 30/11**, telkens van 10u tot 12u.

Prijs: CM leden: € 35, CM leden VT: € 18, niet leden CM: € 70

Inschrijven: www.cm.be/agenda of 03 760 38 11

Organisator: CM Waas & Dender

Digitaal ontmaagd (tieners, seks en liefde)

Met je pubers over seks praten: niet simpel. Doet de gedachte aan gênante gesprekken het schaamrood naar je wangen stijgen? Ben je bang om je bloot te geven en is sexting ver van je bed? Sarah Van Gysegem zet je via concrete situaties en praktische tips een heel eind op weg en helpt je korte metten maken met taboes. Zo kan je met een gerust hart je tieners hun weg laten zoeken op het pad van liefde en seks. InRealLife én digitaal.

.....

Plaats: Bazel, Kruibekestraat 55a, Sint-Jorisinstituut, refter
Datum: **3/10** om 20u00

Prijs: € 7 (lekkere typisch Engelse versnapering inbegrepen)

Inschrijven: 03/740 03 30 (school) of via gezinsbondbazel@gmail.com

Organisator: Gezinsbond Bazel i.s.m. Sint-Jorisinstituut

Knuffelturnen

Bewegen en plezier maken met je peuter... dat is toch heerlijk! Knuffelturnen is een plezierige manier van beweging met je kleuter samen met één van hun (groot)ouders. De relatie tussen kleuter en (groot)ouder staat hierbij centraal. Samen bewegen, voelen, genieten en ontspannen: met leuke oefeningen gaan we op zoek naar de grenzen van ons lichaam.

.....

Plaats: Lokeren, Sportlaan 2, Sport -en Jeugdcomplex

Data: **19/9 en 14/11** van 10u tot 10u45

Doelgroep: kinderen van 0 tot 2,5 jaar

Prijs: Gratis

Inschrijven (voor kinderen van 0 tot 2.5 jaar): els.zaman@lokeren.be

Organisator: EVA-vzw Gezinswelzijn i.s.m. Huis van het Kind Lokeren

.....

Plaats: Zwijndrecht, Fortlaan 10, Sporthal Den Draver

Data: twee reeksen van 5 zaterdagen. Start op **28/9** en tweede start op **9/11** telkens van 10u tot 11u (voor

kinderen van 1,5 tot 3 jaar)

Doelgroep: kinderen van 1,5 tot 3 jaar

Prijs: leden Gezinsbond € 20 - niet leden: € 40 (per reeks 1 volwassene en 1 kind)

Inschrijven: griet.defloor@gmail.com of 0476 56 07 11

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

.....

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

Data: 5 sessies op zondag **13/10, 20/10, 27/10, 10/11 en 17/11** telkens om 10u30 (voor kinderen van 1,5 tot 3 jaar)

Doelgroep: kinderen van 1,5 tot 3 jaar

Prijs: € 5 per sessie (totaal € 25 voor de 5 sessies)

Inschrijven: huisvanhetkind@beveren.be

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

.....

Plaats: Temse, Oeverstraat 15, Bibliotheek

Datum: **27/10** van 10u30 tot 11u30 (voor kinderen van 1,5 tot 4 jaar)

Doelgroep: kinderen van 1,5 tot 4 jaar

Prijs: gratis

Inschrijven: huisvanhetkind@ocmwtemse.be

Organisator: Gezinsbond Temse i.s.m. Huis van het Kind Temse

Voorstelling: Verre van weg...

Woorden, beelden en muziek over liefde en gemis. Verre van Weg gaat niet over loslaten, maar over anders vasthouden, een ode aan het Leven, ook al was het er maar even. Over de ervaring van het verlies van een kind rond de geboorte. Hoe rouw je om iemand die je niet mocht kennen? Hoe vul je de leegte als er geen herinneringen zijn? Hoe kan de naaste omgeving hierbij helpen? Na een eigen verlieservaring kreeg Mira het idee voor deze voorstelling.

.....

Plaats: Zwijndrecht/Burcht, Kerkplein 1, OC 't Waaigat

Datum: 4/10 om 20u

Prijs: € 10; vvk: € 8 ; -26jaar en +65 jaar: € 6 ; Z-pas: € 3

Inschrijven: waaigat@zwijndrecht.be of 03 250 49 90

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

Workshop drama met kinderen

Wil je graag eens over the top gaan met je kind(eren)? Waarom niet eens samen een inleidingsworkshop volgen rond drama? Actrice Liz Corthals zet je mee op weg met speelse opdrachten die de fantasie prikkelen, en die je op een laagdrempelige manier aanzetten om het beste van jezelf te geven. Het is ook een mooie manier om je kind uiting te laten geven aan emoties en zaken die moeilijker te zeggen zijn, maar des te gemakkelijker te 'spelen'. Je schrijft in per duo ouder-kind.

.....

Plaats: Stekene, Spoorwegwegel 1, OC De Statie

Datum: 5/10 om 13u30

Prijs: € 17 (standaard), € 8.50 (met korting)

Inschrijven: 03 775 44 84 of via www.vormingplus.be/waas-en-dender

Organisator: Vormingplus Waas-en-Dender i.s.m. Dienst cultuur Stekene

Verbindend communiceren voor ouders met tieners 12+

Verbindende Communicatie biedt een alternatief voor het gedragsgericht opvoedingsmodel dat functioneert vanuit macht en ongelijkheid. In plaats daarvan leer je hoe je je kind helpt om zelf verantwoordelijk te zijn voor zijn/haar leven en dat gezond en gelukkig invulling te geven.

.....

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

Data: 6 sessies: 1/10, 8/10, 15/10, 22/10, 5/11 en 17/12 (terugkomavond), telkens van 19u tot 22u

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

Inschrijven: www.cm.be/agenda of 03 760 38 11

Organisator: CM Waas & Dender

Creatief schrijven met kinderen

"Dit moet ik opschrijven" denk je soms als ouder, als je hoort hoe creatief of inventief je kinderen uit de hoek komen. Kinderen experimenteren als vanzelf met taal. Dendermonds opkomend talent Liz Corthals haalt ongelooflijk veel inspiratie uit de uitspraken van haar dochter, en zit zelf ook niet verlegen om mooie teksten. Waarom zou je al die spontaniteit niet gebruiken om er samen iets moois en leuks van te maken? Je schrijft in per duo ouder-kind.

.....

Plaats: Beveren-Waas, Gravenplein 2, CC Ter Vesten, Polyzaal 1

Datum: 12/10 om 10u

Prijs: € 17 (standaard), € 8.50 (met korting)

Inschrijven: 03 775 44 84 of via www.vormingplus.be/waas-en-dender

Organisator: Vormingplus Waas-en-Dender i.s.m. Bib Beveren, Cultuurbeleid en Huis van het Kind Beveren

Luister: Anders kijken en luisteren naar kinderen

Hoe kan je kinderen beter leren begrijpen? Hun gekraste ziel, hun ontploffingen, ontembare emoties of hun apathisch gedrag? Hoe kan je emotionele woekering en achtergebleven pijn of ondergesneeuwde gevoelens zien?

Deze vorming gaat over de signalen die kinderen geven, over hun beleving en hun taal. Van onlust over kleine kwetsuren tot groot verlies.

.....
Plaats: Beveren, Gravenplein 2, Ter Vesten, Schouwburg

Datum: 16/10 om 20u

Prijs: gratis

Inschrijven: huisvanhetkind@beveren.be

Organisator: Huis van het Kind Beveren i.s.m. De Bleekweide

Structuur bieden aan kinderen

Hoezo, wij hebben een moeilijk kind? Sommige kinderen hebben het moeilijk met regels en grenzen. Wat als die grenzen en regels overtreden worden? Wat is moeilijk gedrag en wanneer spreken we van moeilijk gedrag? We gaan in op specifiek moeilijk gedrag: koppigheid, agressie, pesten, liegen en drukke kinderen en kinderen met een stoornis, en kijken hoe we met deze kinderen kunnen omgaan.

.....
Plaats: Kruibeke, Koningin Astridplein 17, Kasteel

Wissekerke, groot salon

Datum: 17/10 om 19u30

Prijs: gratis

Inschrijven: kinderopvang@kruibeke.be

Organisator: Xenwix Bvba afdeling Clorisse

Beeldend

Als peuters met beeldend materiaal werken, gaat het vooral om de ervaring, het experiment. Ik doe iets en er komt iets tevoorschijn: een vorm, een kleur, een spoor. Het resultaat is geen doel op zich maar een gevolg van plezierig bezig zijn. Door zelf uit te proberen gaan we op zoek naar het spelplezier en de ervaring die we kinderen hiermee kunnen laten beleven. Workshop voor ouders of begeleiders van peuters tussen 1 tot 3 jaar.

.....
Plaats: Zwijndrecht, Binnenplein 1, Administratief Centrum

Datum: 22/10 om 19u30

Prijs: gratis na inschrijving

Inschrijven: huisvanhetkind@zwijndrecht.be

Organisator: VCOK i.s.m. Huis van het Kind Zwijndrecht

Assertief grenzen stellen

Als jonge ouder komt heel veel op je af en je wilt zo graag alles goed kunnen combineren: mama en partner zijn, je werk, je sociale leven. Heb je soms het gevoel dat iedereen jou voortdurend nodig heeft? Dat je ja zegt terwijl je neen bedoelt? Hoe bewaak je op een assertieve manier je eigen grenzen en hoe kan je op een assertieve manier weigeren? Tijdens deze sessie helpt Erna Claes, dr. in de Psychologie, je op weg met praktische info en tips.

.....
Plaats: Lokeren, Kerkplein, Cultuurcentrum

Datum: 22/10 om 20u

Prijs: gratis

Inschrijven: www.cm.be/agenda of 03 760 38 11

Organisator: CM Waas & Dender

Als kleine kinderen groot worden, Alcohol & drugs.

‘Als Kleine Kinderen Groot Worden’ is een interactieve vorming voor ouders, ter preventie van tabak-, alcohol- en ander druggebruik bij jongeren. Centraal staat het versterken van beschermende opvoedingsvaardigheden. De bedoeling is dat ouders tips krijgen om tabak-, alcohol- en ander druggebruik bij hun kinderen te helpen voorkomen of uit te stellen. Er wordt onder andere ingegaan op open communicatie en grenzen stellen.

Plaats: Beveren, Gravenplein 2, Ter Vesten, Mediazal

Datum: 23/10 van 19u30 tot 22u

Prijs: gratis

Inschrijven: huisvanhetkind@beveren.be

Organisator: Huis van het kind Beveren i.s.m.
Preventiemedewerker Beveren

Reanimatie bij baby's en kinderen

Je leert eenvoudige technieken van hartmassage en mond-op-mondbeademing specifiek voor baby's en kinderen.

Plaats: Beveren, Gravendreef 1, Rode Kruis gebouw

Datum: 24/10 van 19u45 tot 22u15

Prijs: gratis

Inschrijven: huisvanhetkind@beveren.be

Organisator: Huis van het Kind Beveren

Ritme en muziek

De allerkleinsten kunnen heerlijk genieten van muziek. Ze vrolijken op wanneer je met hen zingt of danst. De relatie tussen (groot)ouder en kind wordt hierdoor verstevigd. Liedjes verrijkt met muziekinstrumenten en speelse attributen zijn de basis van deze activiteit. Voor peuters van 9 maanden tot 3 jaar met 1 (groot)ouder.

Plaats: Zwijndrecht, Dorp Oost 42, Speelbabbel

Datum: 30/10 om 10u

Prijs: gratis na inschrijving

Inschrijven: huisvanhetkind@zwijndrecht.be

Organisator: Huis van het Kind Zwijndrecht

Hooggevoeligheid bij kinderen: feiten en fabels

Kinderen groeien vandaag op in een wereld vol prikkels. Zelfs als volwassene is het niet altijd vanzelfsprekend om daar mee om te gaan. Steeds vaker valt het woord hooggevoeligheid maar er bestaan ook veel misverstanden over. Wat is waar en wat niet? Hoe herken je hooggevoeligheid bij kinderen? Hoe manifesteert zich dat bij een kleuter, een peuter of een jonge tiener? En zijn er tips om hier op een goede manier mee om te gaan? Er is ook ruimte voor vragen.

Plaats: Waasmunster, Camille Boschmandreef z/n, Zaal de Club

Datum: 13/11 om 19u30

Prijs: € 6 (standaard), € 3 (met korting)

Inschrijven: 03 775 44 84 of via www.vormingplus.be/waas-en-dender

Organisator: Vormingplus Waas-en-Dender i.s.m. Sociaal Huis Waasmunster

Wat moet ik nu geloven, dokter?

De beste versie van de waarheid over eten en bewegen. We vinden een gezonde voeding en goed bewegen steeds belangrijker, maar verliezen de weg in het aantal nieuwe en soms tegenstrijdige onderzoeken over voeding en beweging. Wat moeten we nu geloven? Wat is echt gezond? Hendrik Cammu legt wetenschappelijk onderbouwd, maar toegankelijk uit wat de rol is van voeding voor onze gezondheid en onze levensverwachting. De "waarheid" over voeding, beweging en gezondheid is heel genuanceerd en vaak een kwestie van gezond verstand.

.....
Plaats: Lokeren, Sportlaan 2, Huis van het Kind

Datum: 15/11 om 19u30

Prijs: gratis

Inschrijven: nele.bulens@lokeren.be

Organisator: Huis van het Kind Lokeren i.s.m. de Gezinsbond

Hotel Mama

In 'Hotel Mama' is het zo goed vertoeven, dat jongeren steeds langer bij hun ouders blijven wonen, ook als ze afgestudeerd zijn en vaak tot na hun dertigste. Financiën en het daar bijhorende comfort zijn belangrijke redenen om te blijven, maar ook het feit dat mama of papa een groot deel van het huishoudelijke werk verzorgt, speelt mee. Op deze avond vertrekken we van nieuw hersenonderzoek rond pubers. We gaan samen op zoek naar mogelijkheden rond communiceren en onderhandelen zodat beide partijen tot betere afspraken kunnen komen.

.....
Plaats: Beveren, Gravenplein 2, Ter Vesten

Datum: 19/11 om 19u15

Prijs: CM-leden: gratis, niet-leden: € 5

Inschrijven: www.cm.be/agenda of 03 760 38 11

Organisator: CM Waas & Dender

Infoavond: Hoogsensitief

Gevoelige kinderen hebben een fijngevoelig zenuwstelsel. De prikkels uit hun omgeving laten een diepe indruk na, waardoor ze tijd en rust nodig hebben om deze indrukken te verwerken. Sensitieve kinderen functioneren hierdoor op een bijzondere manier. Hun gevoeligheid kan als last of als gave beschouwd worden, afhankelijk van de manier waarop ermee omgegaan wordt. Een voordracht door An Michiels van Sensitief vzw.

.....
Plaats: Zwijndrecht, Binnenplein 1, Administratief Centrum

Datum: 19/11 om 20u

Prijs: gratis na inschrijving

Inschrijven: huisvanhetkind@zwijndrecht.be

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

Snel, gezond en lekker koken voor kinderen

Ik heb honger! Als ouder is het vaak stressen als je thuis komt van je werk en je met hongerige kinderen in huis zit. Inspiratie genoeg, maar het is altijd wel iets. Het duurt te lang, of je kinderen vinden het maar niets. In deze workshop doe je ideeën op over hoe je het kan aanpakken, wat kinderen leuk en lekker vinden, en hoe je snel en toch gezond iets op tafel kan toveren.

.....
Meebrengen: keukenschort, snijplank, mesje, potje om eventuele restjes mee te nemen.

Ingrediënten zijn inbegrepen in de prijs.

Plaats: Beveren-Waas, Gravenplein 2, CC Ter Vesten, Polyzaal 2

Datum: 20/11 om 19u30

Prijs: € 19 (standaard), € 13 (met korting)

Inschrijven: 03 775 44 84 of via www.vormingplus.be/waas-en-dender

Organisator: Vormingplus Waas-en-Dender i.s.m. Cultuurbeleid Beveren

Bij mij kan hij wel rustig spelen, ADHD ziet er voor ieder anders uit

Kinderen met ADHD kunnen zich erg verschillend gedragen. Zo kan het zijn dat jouw kind zich op school voorbeeldig gedraagt, om dan bij jou thuis te ontploffen. Of oma zegt dat jouw dochter bij haar thuis wél rustig kan spelen, terwijl dit nergens anders lukt. Misschien krijg je de commentaar "Bij mij zou het niet waar zijn!", en ga je aan jezelf als ouder twifelen.

In deze workshop bespreken we hoe een kind met ADHD zich verschillend kan gedragen in verschillende situaties.

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

Datum: 3/12 om 20u

Prijs: abonnee € 3, niet abonnee € 5

Inschrijven: www.zitstil.be

Organisator: Centrum ZitStil

Sint-knutselen

Een knutselactiviteit voor (groot)ouders en hun kind (1 tot 3 jaar) in het thema van Sinterklaas. Samen gaan we tekenen, schilderen en plakken. We zetten ook ons schoentje...om de volgende woensdag in de Speelbabbel te zien of de Sint iets gebracht heeft.

.....
Plaats: Zwijndrecht, Dorp Oost 42, Speelbabbel

Datum: 4/12 om 10u

Prijs: gratis na inschrijving

Inschrijven: huisvanhetkind@zwijndrecht.be

Organisator: Huis van het Kind Zwijndrecht

Meer ademruimte voor ouders: het gezin als team

Een gezin runnen is geen sinecure! Veel was, veel rommel, veel klusjes. Dit brengt gezinsleden vaak in ademnood. In deze voordracht staan we stil bij het 'ouder zijn'. Is jouw energiebalans in evenwicht, of heb je nood aan meer energiegevers? Een gezin is als een team, waar ook kinderen, hoe klein ook, hun steentje kunnen bijdragen. Welke hulp in het gezin kan je van je kind verwachten en hoe pak je dit als ouder aan?

.....
Plaats: Beveren, Gravenplein 2, Ter Vesten, polyzaal 2

Datum: 10/12 om 19u30

Prijs: gratis

Inschrijven: huisvanhetkind@beveren.be of
www.cm.be/agenda

Organisator: CM Waas en Dender

Babymassage

Babymassage zorgt voor een moment van rust en ontspanning voor je kindje én voor jou.

Huidcontact creëert immers een warme band tussen jullie en stimuleert de lichamelijke en emotionele ontwikkeling van je baby. Bovendien kan het helpen om onrustige baby's te kalmeren. Na een uurtje massage heb je nog de mogelijkheid om wat na te praten met de andere ouders. Welkom aan alle baby's tussen 6 weken en 6 maanden, vergezeld van mama, papa of groot-ouder.

.....
Plaats en data: verschillende locaties en data via CM

Prijs: gratis

Inschrijven: www.cm.be/agenda of 03 760 38 11

Organisator: CM Waas & Dender & Antwerpen



Bouwen aan zelfvertrouwen

Het is belangrijk dat kinderen voldoende zelfvertrouwen hebben, anders zijn ze onzeker en te ruggetrokken. Een kind met zelfvertrouwen voelt zich goed, maakt makkelijk vriendjes en durft nieuwe uitdagingen aan. Elk kind kan een groter zelfvertrouwen ontwikkelen. Als ouder, grootouder, kindbegeleider of opvoeder kan je hier veel aan bijdragen. Hoe pak je dat aan? Welke opvoedingsstijl geeft kinderen de meeste ondersteuning? Wat heeft een kind nodig? Deze interactieve vorming geeft je antwoorden.

Plaats: Waasmunster, Camille Boschmandreef z/n, Zaal de Club

Datum: 15/10 van 19u30 tot 22u

Inschrijven: 03 775 44 84 of via www.vormingplus.be/waas-en-dender

Prijs: € 6 (standaard), € 3 (met korting)

Organisatie: Vorming Plus i.s.m. Huis van het Kind Waasmunster

We maken je graag wegwijs in het aanbod:

Huis van het Kind Lokeren

09 340 96 01 samenleving@lokeren.be

Huis van het Kind Beveren

03 750 46 73 huisvanhetkind@beveren.be

Huis van het Kind Temse

0475 45 78 58 info@huisvanhetkindtemse.be

Huis van het Kind Stekene

03 790 03 60 gezin@stekene.be

Huis van het Kind Kruibeke

03 740 02 27 kinderopvang@kruibeke.be

Huis van het Kind Sint-Niklaas

03 778 37 00 huisvanhetkind@sint-niklaas.be

Huis van het Kind Sint-Gillis-Waas

03 202 80 00 welzijnshuis@sint-gillis-waas.be

Huis van het Kind Zwijndrecht

08 009 96 04 huisvanhetkind@zwijndrecht.be

Huis van het Kind Waasmunster

052 25 13 00 info@sociaalhuiswaasmunster.be

