



Opvoedingswinkel Mechelen

Activiteitenkalender
september – december 2017



Ontmoeting

Café Bébé (0 – 3 jaar)


Aanstaande en prille ouders kunnen elkaar ontmoeten in alle rust en gezelligheid tijdens Café bébé. Je wordt met veel enthousiasme ontvangen in een warm nest. Terwijl kinderen spelen en baby's alle zorg krijgen, kan je met andere ouders tips en ervaringen uitwisselen.

 **Elke 2de zaterdag van de maand –**

9.30 tot 12.30u

 **Sociaal Huis –** Huis van het Kind
Residentie Clement Van Perck,
Korte Schipstraat 14, 2800 Mechelen

 **Kostprijs:** gratis

 **Meer info:**
W www.cafebebemechelen.weebly.com

**BEN JE ZWANGER EN
OP ZOEK NAAR INFO?**
Schrijf je in voor de
infosessies voor
aanstaande ouders
Check de Facebook van
Huis van het Kind.



Speelactiviteit

De Kleurdoos: Creatief ontmoeten (0 – 3 jaar)



INLOOPTEAM - DE NIEUWE WEG

Heb je creatieve kriebels of gewoon zin in een leuke babbel? Spring dan samen met je kind(eren) binnen in de Kleurdoos. Op vakantiedagen zijn kleuters (tot 6j) ook welkom. Ouders kunnen hier met hun kinderen tekenen, schilderen, boetseren, knutselen en nog veel meer. Of geniet van elkaars gezelschap met koffie of thee. De allerkleinsten kunnen spelen in het 'snoezelhoekje'. Kom dus gerust eens een kijkje nemen.

Elke dinsdagnamiddag – 13 tot 15u

 **Sociaal Huis** – Huis van het Kind
Residentie Clement Van Perck,
Korte Schipstraat 14, 2800 Mechelen

 **Kostprijs:** gratis

Meer info:

De Nieuwe Weg
T 015 27 64 26
E denieuweweg@skynet.be


Speelactiviteit

De B(r)abbelaar: Peuterspeelpunt (0 – 3 jaar)

DRAAK JOGO EN GEMEENTE DUFFEL ISM SOCIALE DIENST OCMW DUFFEL, KIND EN PREVENTIE, DE PELGRIM

Is je (klein)kind tussen 0 en 3 jaar oud? Wil je je kind laten ontdekken en leren samenspelen? Wil je graag andere (groot)ouders ontmoeten? Kom dan naar de wekelijkse ontmoetingsmomenten van het Duffelse peuterspeelpunt De B(r)abbelaar. In een gezellige en ontspannen sfeer leer je bij van andere (groot)ouders, kan je vrijblijvend informele workshops volgen of vragen stellen aan medewerkers van Kind & Gezin, het vrijetijdsloket of de sociale dienst van het OCMW.

Elke vrijdagvoormiddag – 9 tot 11.30u

 **Consultatiebureau Kind en Preventie**
Stationsstraat 6, 2570 Duffel

 **Kostprijs:** gratis

Meer info:

Dienst vrije tijd - welzijn
Dienst Kinderopvang:
T 015 30 72 51
E vrijetijd@duffel.be
W www.duffel.be/peuterspeelpunt



Workshop

Huiswerk?! Hoe je een kind met ADHD hierin kan begeleiden


ZIT STIL VZW


Huiswerk maken is vaak te veel voor kinderen en studenten met ADHD. Velen lopen op school al de hele dag op de tippen van hun tenen of moeten te lang stilzitten. En dan moeten ze thuis nog meer van hetzelfde doen, terwijl ze zich net lekker willen gaan uitleven. Niet simpel voor een kind of jongere met ADHD én voor de ouders die dit proces mee willen begeleiden.

Tijdens de workshop onderzoeken we welke tips en inzichten jou kunnen ondersteunen om je kind zo goed mogelijk te begeleiden bij het studeren en maken van huiswerk.

 **26.9** – 20u

 **Nekkerspoel zaal Anemoon,**
Borcht 19, 2800 Mechelen

 **Kostprijs:** 5€ (3€ voor abonnees van ZitStil-magazine)

 **Inschrijven & meer info** (vooraf inschrijven is noodzakelijk):
www.zitstil.be

Positief opvoeden van kinderen van 0 – 12 jaar

CENTRUM VOOR KINDERZORG EN GEZINSONDERSTEUNING (CKG)

Je kind wilt 's nachts niet slapen. Je zontje ruimt nooit op. Je kinderen maken veel herrie.

Tijdens dit programma kan je jouw ervaringen delen met andere ouders, veel informatie over opvoeding krijgen en samen vaardigheden inoefenen.

Het groepsprogramma bestaat uit 4 sessies (2u/sessie), 3 telefonische gesprekken en één slotsessie.


De eerste 4 sessies gaan over:


- wat is positief opvoeden?
- waarom je kind zus of zo reageert
- hoe je gewenst gedrag kan beïnvloeden en aanmoedigen
- hoe je grenzen kan stellen en je kinderen zelfbeheersing kan aanleren
- hoe je met stressvolle situaties kan omgaan zoals bv. winkelen, in een rij wachten, de ochtenddrukte, ...

In de 3 telefonische opvolgingsgesprekken kan je vragen stellen, problemen voorleggen...

In de slotsessie overlopen de ouders wat ze geleerd hebben en wat er veranderd is in hun gedrag en dat van hun kind en hoe ze deze veranderingen kunnen behouden.

 **2, 9, 16, 23.10 + 20.11** – 20u

 **CKG Betlehem,**
Kapelstraat 4, 2830 Willebroek

 **Kostprijs:** 15€ (per gezin)

 **Inschrijven & meer info:** (vooraf inschrijven is noodzakelijk):

CKG Betlehem: Lies Holemans

T 03 866 57 89 of 0498 91 76 20

E lies.holemans@emmaus.be



Infoavond

Gezond Opgroeien (2,5 – 12 jaar)


**OPVOEDINGSWINKEL ISM GEZINSBOND,
VORMINGPLUS, CHRISTELIJKE MUTUALITEIT EN LOKAAL
GEZONDHEIDSOVERLEG MECHELEN**

De vorming 'Gezond opgroeien' helpt ouders en opvoedingsverantwoordelijken bij opvoedingsvragen over gezonde voeding, beweging en schermgebruik. Je staat stil bij wat gezond eten en beweging betekenen voor je kinderen en wat je hier als ouder aan kan doen.

Je krijgt antwoord op vragen als:


- Je kind eet geen groenten, hoe kan je het toch overtuigen?
- Zijn fruitsap en chocolademelk gezond?
- Moet het bordje altijd leeg zijn?
- Als je kind niet van sport houdt, moet je het dan verplichten?
- Wat zijn goede afspraken over televisie- en computertijd?
- Waarom gaan snoep en frietjes er beter in dan groenten en vis?
- ...

Spreeker: Kelly Cauwenbergh, diëtiste

 **10.10** – 19.30u

 **Christelijke Mutualiteit, zaal Forum**
Antwerpsesteenweg 261, 2800 Mechelen

 **Kostprijs:** gratis

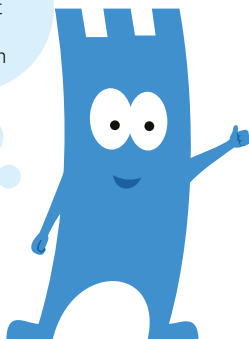
 **Inschrijven & meer info** (vooraf inschrijven is noodzakelijk):
Dienst Gezondheids promotie CM

T 014 40 35 45

W www.cm.be/agenda

TIPS VOOR JOU EN JE KINDEREN:

- **Ruil boeken** voor kinderen tussen 0 en 12 jaar in het Huis van het Kind.
- Kom op 11.11 naar **Sinte Mette** in het Cultuurcentrum!
- Noteer **Sintstad** (25.11-3.12) alvast in je agenda.





Infoavond

Kruipen, stappen, lopen


CHRISTELIJKE MUTUALITEIT

Onze maatschappij kent de laatste 20 jaar op heel veel gebieden een fantastische vooruitgang. Dit heeft spijtig genoeg ook een keerzijde. Onze kinderen groeien nu op in een andere speelcultuur waar spelen en bewegen wordt belemmerd. Terwijl bewegen en spelen vanaf babytijd heel belangrijk is voor de ontwikkeling. Door voldoende te bewegen, pikken kinderen ontzettend veel vaardigheden op, het prikkelt hun hersenen, ze ontwikkelen hun zintuigen en hun persoonlijkheid. Het gebrek aan beweegkansen in onze moderne leefwereld is een reden om als ouder aandacht te hebben voor meer bewegingsopvoeding thuis. Want bij een tekort of achterstand is het veel moeilijker om dat later in te halen. Tijdens deze infosessie krijg je concrete tips en bewegingsoefeningen om de psychomotorische ontwikkeling van je kind te bevorderen.

 **26.10** – 20u

 **Woonzorgcentrum Paradijs,**
Transvaalstraat 44, 2500 Lier

 **Kostprijs:** gratis

 **Inschrijven & meer info** (vooraf inschrijven is noodzakelijk):
Opvoedingswinkel

T 014 40 35 45

W www.cm.be/agenda


Infoavond

Opvoeden, het kan ook anders (10 – 16 jaar)

**OPVOEDINGSWINKEL ISM GEZINSBOND, VORMINGPLUS
EN CHRISTELIJKE MUTUALITEIT**


Het opvoeden van tieners brengt vaak conflicten met zich mee. Hoe los je dit op? Hoe kan je een goede relatie opbouwen met je tiener en toch streng zijn wanneer het nodig is? We staan stil bij een krachtige opvoedingsstijl met open communicatie, met vasthouden i.p.v. loslaten, met verzet en herstel i.p.v. straffen. Aan de hand van concrete voorbeelden zoomen we hier dieper op in.

Spreker: prof. dr. Sarah Bal, klinisch psychologe

 **14.11** – 19.30u

 **Christelijke Mutualiteit, zaal Forum**
Antwerpsesteenweg 261, 2800 Mechelen

 **Kostprijs:** gratis

 **Inschrijven & meer info** (vooraf inschrijven is noodzakelijk):
Opvoedingswinkel Mechelen
T 015 44 52 42
E opvoedingswinkel@mechelen.be



Workshop

Genoeg!

Minder ruzie in ons ADHD-gezin

ZIT STIL VZW

In gezinnen met ADHD lopen de spanningen vaak op. Ook tussen ouders en kinderen zijn er vaak ruzies die soms heftig kunnen zijn. Hoe kan je als ouder dit soort ruzies vermijden? En als er dan toch een conflict is, hoe kan je voorkomen dat het escaleert en dat de ruzie steeds erger wordt? Hoe kan je een ruzie stoppen?

In deze workshop richten we ons vooral op ruzies thuis. We bieden je inzicht in het ontstaan van conflicten en hoe je hier op een constructieve manier mee kan om gaan. We baseren ons onder meer op principes van geweldloos verzet en geweldloze communicatie.

 **21.11** – 20u

 **Nekkerspoel zaal Anemoon,**
Borcht 19, 2800 Mechelen

 **Kostprijs:** 5€ (3€ voor abonnees van ZitStil-magazine)

 **Inschrijven & meer info:**


W www.zitstil.be


Workshop Triple P

Leren luisteren (2 – 10 jaar)

OPVOEDINGSWINKEL


'Luisteren' is een struikelblok in veel gezinnen. In deze workshop krijg je tips en positieve strategieën om je kinderen te leren grenzen accepteren en doen wat hen gevraagd wordt. Je krijgt informatie over waarom kinderen ongehoorzaam zijn. Je leert valkuilen kennen en ongehoorzaam gedrag voorkomen. Aan het eind heb je een persoonlijk plan voor hoe je kan omgaan met ongehoorzaamheid.

 **23.11** – 19.30u

 **Sociaal Huis – Huis van het Kind**

Residentie Clement Van Perck,
Korte Schipstraat 14, 2800 Mechelen

 **Kostprijs:** gratis

 **Inschrijven & meer info** (vooraf inschrijven is noodzakelijk):

T 015 44 52 42

W opvoedingswinkel@mechelen.be

De **opvoedingswinkel Mechelen** is een plaats waar je terecht kan met vragen over het opvoeden van kinderen tussen 0 en 21 jaar. Dit kan tijdens een aantal gesprekken of via telefoon of mail.

Je kan er ook terecht voor documentatie over opvoedingsthema's, informatie over diensten die werken rond opvoeding en voor oudercursussen en informatieavonden.

 **Contact**

Sociaal Huis - Huis van het Kind

Lange Schipstraat 27

2800 Mechelen

T 015 44 52 42

E opvoedingswinkel@mechelen.be

W www.mechelen.be/opvoedingswinkel

F www.facebook.com/opvoedingswinkelmechelen

 **Openingsuren**

Dinsdag: 9.30 – 12 u

Woensdag: 9.30 – 12 u & 13.30 – 16.30u

Donderdag: 16 u – 18.30u

(of op afspraak)



Gezinsbond



CM. Hoe gaat het met u?



HUIS VAN HET KIND
MECHELEN

Wil je meer weten over
het Huis van het Kind:
mechelenkinderstad.be