



Opvoedingswinkel Mechelen

Activiteitenkalender januari - april 2019

School in zicht

Woon je in Mechelen en is je kind geboren in 2017? Maak dan kennis met de scholen in je buurt tijdens de activiteiten van School in zicht.

'School in zicht' geeft je de kans om samen met andere ouders scholen in jouw buurt te bezoeken. De vzw streeft naar een goede sociale mix in de Mechelse basisscholen.

- Infoavond met scholenmarkt donderdag 17 januari 2019 (Transit M, zaal de Loods, Douaneplein) om 20u
- Openschooldagen maandag 11 en dinsdag 12 februari 2019
- Terugkomavond woensdag 27 februari 2019 om 20u (Thomas More Campus De Vest, Zandpoortvest 60)

Meer info of inschrijven? Dat kan via:

www.schoolinzicht.be/mechelen, 03 270 38 05 of
an-katrien.hanselaer@schoolinzicht.be



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** - 9.30u tot 12.30u

 **Voor locatie** – zie Facebook

 **Kostprijs:** gratis

 **Meer info:**

www.cafebebebemechelen.weebly.com

www.facebook.com/cafebebebemechelen

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.

 **Voor data** – zie Facebook

 **Voor locatie** – zie Facebook

 **Kostprijs:** gratis

 **Meer info:**

De Nieuwe Weg

015 27 64 26

denieuweweg@skynet.be

www.facebook.com/De-Kleurdoos-Dnw

Positief opvoeden (0 – 12 jaar)

CENTRUM VOOR KINDERZORG EN GEZINSONDERSTEUNING (CKG)

Je kind wilt 's nachts niet slapen. Je zoontje 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.

 **4, 11, 18, 25.2 + 25.3 – 20u (18.2 – 19u)**

 **CKG Mechelen**

Edgard Tinellaan 2B, 2800 Mechelen

 **Kostprijs:** 15€ per gezin

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

0471 80 34 05 of 0473 25 03 16

ina.jacobs@emmaus.be of Kristien.serneels@emmaus.be

Lezing met brunch

Tijd, de heilige graal.

CHRISTELIJKE MUTUALITEIT

Hoe maak je tijd voor wat voor jou essentieel is. Focussen op wat voor jou essentieel is en loslaten wat ballast is, zet je op weg om die tijd te vinden. Dat inzicht wordt toegepast op alle terreinen van een mensenleven. Op die manier wordt getracht een antwoord te geven op de vraag die zoveel mensen in deze drukke samenleving bezig houdt: hoe combineer ik al die aspecten van mijn leven op zo'n manier dat ik balans en rust vind? Op deze sessie laten we je zien hoe ouderschap echt wordt ervaren en belangrijker, we geven je tips die je kunnen helpen.

 **10.2 – 11u**

 **CM Campus**

Antwerpsesteenweg 261, 2800 Mechelen

 **Kostprijs:** 10€ (5€ euro voor mensen met VT)

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

www.cm.be/agenda

Tijdens de sessie kan je genieten van een lekkere brunch. Je kindjes zijn bovendien welkom, voor hen is opvang voorzien!

Hoogsensitieve kinderen

OPVOEDINGSWINKEL I.S.M. GEZINSBOND, VORMINGPLUS
EN CHRISTELIJKE MUTUALITEIT

Elke kind heeft talenten. Als volwassene kunnen we hen leren deze naar waarde te schatten, verder te ontwikkelen en in te zetten. Dat geldt ook voor hoogsensitieve kinderen. In onze huidige maatschappij komen bovendien steeds meer prikkels op ons af. Het is een kunst om de verwerking ervan onder de knie te leren krijgen. Zeker voor hoogsensitieve kinderen, omdat zij veel meer van die prikkels opnemen én diepgaander verwerken. Het doel van de infoavond is een algemene kennismaking met wat hoogsensitiviteit (HSP) is, onder meer aan de hand van concrete voorbeelden uit het gezinsleven en de klas.

 **21.2 – 19.30u**

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

 **Kostprijs:** gratis

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

Workshop

Een geslaagde zomervakantie met ADHD, begin er nu al aan

ZIT STIL VZW

Het jaar is nog maar net gestart en we maken al plannen voor de zomer. Is dat niet een beetje vroeg? Neen, eigenlijk niet. Veel buitenshuis werkende ouders hebben geen 45 vakantiedagen om elke dag thuis te zijn voor hun schoolgaande kinderen. Zo wordt de vakantie een hele opvangpuzzel, een puzzel waar je best op tijd aan begint, zeker als je kind met ADHD niet overal terecht kan.

In deze workshop bekijken we waarom de zomervakantie zo'n grote uitdaging is in jullie ADHD-gezin, ook als je geen opvangpuzzel moet leggen. We helpen je om van deze vakantie een periode te maken, waar iedereen van geniet.

 **26.2 – 20u**

 **De Nekker**
De Nekkerpool (zwembad), Zaal Stokvis
Nekkerspoel-Borcht 19, 2800 Mechelen

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

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

Beurs

Onderwijsbeurs secundair onderwijs regio Mechelen

Op zoek naar een secundaire school in jouw regio? Kom naar de onderwijsbeurs regio Mechelen.

Alle scholen en onderwijsnetten uit Mechelen en de ruime omgeving, de Centra voor Leerlingenbegeleiding (CLB) en de Opvoedingswinkel Mechelen zijn aanwezig.

De onderwijsbeurs regio Mechelen is een initiatief van het O.O.M. (Onderwijsoverleg Mechelen) i.s.m. GO! Onderwijs van de Vlaamse gemeenschap (Scholengroep 5), het Katholiek Secundair Onderwijs (scholengemeenschap regio Mechelen), het provinciaal onderwijs in Mechelen, de CLB's, het LOP (lokaal overlegplatform secundair onderwijsregio Mechelen) en de stad Mechelen.



27.2 – 14 tot 19.30u



Technopolis,

Technologielaan 1, 2800 Mechelen



Kostprijs: gratis



Meer info: O.O.M. (Onderwijsoverleg Mechelen)

015 29 83 21

herbert.crol@mechelen.be



Infoavond

Schermtijd (lagere schoolkinderen & tieners)

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

Hoe moet je als ouder omgaan met overdreven GSM-gebruik van je kind/jongere, het continue actief zijn op sociale media of gamen. Favoriete tijdverdrijven van massa's van massa's ouders.

Wat maakt games en sociale media zo aantrekkelijk? Wat moet je er zelf van kennen, waar moet je op letten en hoe hou je het binnen de perken? In deze sessie ontdek je wat je kan doen als ouder om je kinderen te begeleiden naar een gebalanceerd on- en offlineleven. De spreker deelt onder meer zijn eigen ervaringen met ouders met kinderen en jongeren die worstelen met overmatig scherm- of gamegebruik.

 **21.3 – 19.30u**

 **Christelijke Mutualiteit**, zaal Den Brink
Antwerpsesteenweg 261, 2800 Mechelen

 **Kostprijs:** gratis

 **Inschrijven & meer info** (vooraf inschrijven is noodzakelijk):
www.vormingplus-regiomechelen.be
015 44 41 00



Belonen en straffen van kinderen met ADHD

ZIT STIL VZW

Het opvoeden van een kind met ADHD is voor ouders vaak een veeleisende taak. Kinderen met ADHD houden zich vaak moeilijker aan de regels, vergeten huishoudelijke taken of verstoren de rust en vrede tijdens het eten. Ouders geven aan dat bepaalde opvoedingstechnieken zoals straffen en belonen niet lijken te werken bij hun kind met ADHD. In deze workshop kunnen ouders ervaringen uitwisselen over de opvoeding van kinderen met ADHD. We bekijken samen specifieke knelpunten en aandachtspunten bij het belonen en straffen, staan stil bij een goed evenwicht tussen beide en zoeken naar alternatieven.

 **2.4 – 20u**

 **De Nekker**

De Nekkerpool (zwembad), Zaal Stokvis

Nekkerspoel-Borcht 19, 2800 Mechelen

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

 **Inschrijven & meer info** (vooraf inschrijven is noodzakelijk):
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 aangereikt om je kinderen te leren grenzen accepteren en te doen wat hen gevraagd wordt zonder strijd. Je krijgt informatie over waarom kinderen ongehoorzaam zijn. Je leert veel voorkomende

valkuilen en ongehoorzaam gedrag voorkomen. Aan het eind van de bijeenkomst heb je een persoonlijk plan gemaakt voor hoe je kan omgaan met ongehoorzaamheid.

 **9.5 – 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):
Opvoedingswinkel Mechelen
015 44 52 42
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 - 16.30 u

Donderdag: 16 u - 18.30 u

(of op afspraak)



Boekjes ruilen voor je kinderen tussen 0 en 12 jaar?

Kom langs in het Huis van het Kind!

Meer weten over Huis van het Kind, surf naar
mechelenkinderstad.be/huis-van-het-kind



CM. Hoe gaat het met u?



HUIS VAN HET KIND
MECHELEN