



Opvoedingswinkel Mechelen

Activiteitenkalender
januari - april 2018


de opvoedingswinkel
over opvoeden gesproken


MECHELEN
KINDERSTAD

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.cafebebebemechelen.weebly.com

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 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



Workshop

Over de 'A' in ADHD: hoe ga je om met aandachtsproblemen?


ZIT STIL VZW

Oeps vergeten! O, ik ben dat kwijt! Sprak je tegen mij?

Wat het meeste opvalt aan kinderen met ADHD is hun drukke gedrag. Daardoor wordt al eens vergeten dat de 'A' in ADHD (en ADD) staat voor aandacht en dat is vaak het grootste probleem!


Deze aandachtsproblemen zorgen voor veel gemiste kennis, kansen en ergernissen in het dagelijkse leven bij ouders en leerkrachten. Door verlies aan focus worden taken niet afgewerkt. Saaie klussen zoals administratie worden zo lang mogelijk uitgesteld, huiswerk raakt verloren, concentreren op het studeren lukt niet.

Bij deze workshop gaan we dieper in op 'aandachtsproblemen' en de mogelijke gevolgen in het dagelijkse leven. Samen bekijken we hoe we de aandachtsproblemen kunnen aanpakken en hoe je er mee kan omgaan binnen het gezin.

 **16.1 - 20u**

 **De Nekker**

Nekkerspoel-Borcht 19, 2800 Mechelen (boven het zwembad)

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

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

W www.zitstil.be


Infoavond

Kruipen, stappen, lopen: het belang van beweging bij baby's en peuters

VLAAMS & NEUTRAAL ZIEKENFONDS

Onze maatschappij is de laatste 20 jaar sterk veranderd. Het leven wordt ons op verschillende vlakken steeds gemakkelijker gemaakt. Jammer genoeg is er ook een keerzijde. Onze kinderen groeien op in een andere spelcultuur waar spelen en bewegen worden belemmerd door televisie, computer, te weinig speelplekken, te weinig tijd... Het is belangrijk om een stimulerende omgeving te creëren waarin kinderen kunnen opgroeien.

Deze infoavond over 'het belang van bewegen vanaf de geboorte' helpt je om kennis en inzicht te verwerven in de ontwikkelingssituatie van het kind. Je krijgt tips hoe kinderen te stimuleren in hun neurologische en motorische ontwikkeling. De juiste prikkels op het juiste moment aanbieden is immers bijzonder belangrijk voor het groei- en ontwikkelingsproces van je kind.

 **23.1 - 19.30u**

 **Vlaams & Neutraal Ziekenfonds**

Hoogstratenplein 1, 2800 Mechelen

 **Kostprijs:** gratis

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

T 015 28 90 90

E gezonde.activiteitenagenda@vnz.be


Peuters in actie (1,5 - 3 jaar)


CHRISTELIJKE MUTUALITEIT ISM KIND & PREVENTIE EN BUITENSCHOOISE OPVANG KRIEBELS

De peuterperiode is een niet te onderschatten mijlpaal in de ontwikkeling van elk kind. Tussen 1,5 en 3 jaar is spelen, lopen, springen, dansen,... kortom BEWEGEN hun belangrijkste bezigheid. Een sterke motorische ontwikkeling legt immers de basis voor de latere complexe vaardigheden.. Als ouder kun je de ontwikkeling van je kind bevorderen door samen te spelen en te bewegen. Je krijgt een brede waaier aan spelimpulsen en beweegtips waarmee je thuis makkelijk aan de slag kan.

 **3.2 - 10u**

 **Buitenschoolse Opvang Kriebels**, Gemeenteschool
Pastorijstraat 60, 2590 Berlaar

 **Kostprijs:** gratis (zelf een grote handdoek meebrengen)


 **Inschrijven & meer info**
(vooraf inschrijven op naam van je kindje is noodzakelijk):
T 014 40 35 45
W www.cm.be/agenda


Workshop


(Groot)ouder-kind yoga 'Op verweneiland' (5 - 7 jaar)


OPVOEDINGSWINKEL ISM GEZINSBOND, VORMINGPLUS EN CHRISTELIJKE MUTUALITEIT

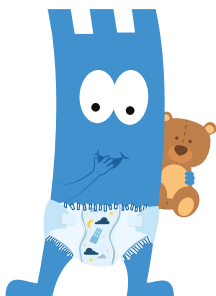
Tijdens deze workshop droom je samen met je kind over een eiland waar je jezelf en elkaar kan verwennen met een voetmassage, een relax verhaal met echte sensaties,... Een echte prikkeling voor jullie zintuigen! (Groot)ouder en kind doen samen hele leuke yogahoudingen die ergens verstopt zitten, ademhalingsoefeningen met veertjes en vooral hele leuke samenwerkingsoefeningen. Pure ontspanning en genot verzekerd!

 **24.2 - 9.30u tot 12.15u**

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

 **Kostprijs:** gratis (zelf een deken meebrengen)

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




Heb je nog ongebruikte pampers op overschot? Deponeer ze in één van de pamperebanken. Alle locaties vind je op www.mechelenkinderstad.be > **kinderwelzijn**.

Autisme: wat is dat nu eigenlijk? (4 - 18 jaar)

OPVOEDINGSWINKEL ISM GEZINSBOND, VORMINGPLUS EN CHRISTELIJKE MUTUALITEIT


De laatste jaren zien we een enorme toename van de diagnose Autismespectrumstoornissen. Hoe komt dat toch? Het lijkt wel of iedereen een 'labeltje' krijgt. Hebben we dat dan niet allemaal een beetje...? Deze infoavond heeft als doel om een helder beeld te krijgen van wat autisme nu wel en niet is. Hoe kan je autisme krijgen? Hoe uit het zich bij kinderen of jongeren? En wat kan je eraan doen?

Er wordt niet enkel ingezoomd op de theoretische aspecten van autisme, maar er is ook ruimte voor jouw vragen en bedenkingen.

 **27.2 - 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

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 andere ondersteunende organisaties 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 onderwijs regio Mechelen) en de stad Mechelen.

 **28.2 - 14 tot 19.30u**

 **Technopolis**,
Technologielaan 1, 2800 Mechelen

 **Kostprijs:** gratis

 **Meer info:**
Dienst Onderwijsondersteuning stad Mechelen:
T 015 29 83 21
E herbert.crol@mechelen.be


Workshop

Driftbuien en woedeaanvallen bij ADHD: wat nu gedaan

ZIT STIL VZW


Het is niet makkelijk voor een kind met ADHD om zijn of haar emoties altijd onder controle te houden. Ze uiten hun emoties vaak heel hevig. Om een kleinigheid worden ze extreem boos, alsof er een vulkaan uitbarst met alle gevolgen. Ook het sterk en snel afwisselen van stemmingen kan je als ouder echt overvallen.

In deze workshop staan we stil bij de moeilijke combinatie tussen ADHD en het reguleren van emoties. We focussen hierbij op de emotie boosheid. We staan stil bij mogelijke oorzaken van de moeilijke regulatie en hoe je dit als ouder ervaart. Tot slot gaan we in op hoe jullie met deze driftbuien en woedeaanvallen omgaan. We bekijken hoe je deze momenten zoveel mogelijk kunt voorkomen en hoe je je kind kunt helpen als hij of zij toch de controle verliest.

 **13.3 – 20u**

 **De Nekker**

Nekkerspoel-Borcht 19, 2800 Mechelen (boven het zwembad)

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

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

W www.zitstil.be

School in zicht beoogt een goede sociale mix in de Mechelse basisscholen.

- INFOAVOND MET SCHOLENMARKT OP 16.02
- OPENSCHOOLDAGEN OP 10 EN 14.03:
ouders kunnen 3 scholen bezoeken op 1 dag.
Ze krijgen daarbij een unieke blik op het schoolleven tijdens de lessen.

Inschrijvingen:

W www.schoolinzicht.be/mechelen

T 03 270 38 05

E sarah.pirenne@schoolinzicht.be



Positief opvoeden van kinderen van 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 reageert je kind zus of zo?


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.

 **8, 15, 22, 29.3 + 19.4 - 19u**

 **CKG Betlehem,**
Edgard Tinellaan 2b, 2800 Mechelen

 **Kostprijs:** 15€ (per gezin)

 **Inschrijven & meer info** (vooraf inschrijven is noodzakelijk):
CKG Betlehem: Barbara Vandewalle of Elke Vangysel
T 015 44 67 67


E barbara.vandewalle@emmaus.be of elke.vangysel@emmaus.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.

 **22.3 - 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
T 015 44 52 42

E 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: 9.30-12u

Woensdag: 9.30-12u & 13.30-16.30u

Donderdag: 16u-18.30u

(of op afspraak)

Boekjes ruilen
voor je kinderen
tussen 0 en 12 jaar?
Kom langs in het
Huis van het Kind!



SAMENLEVINGSOPBOUW
Antwerpen provincie



CM. Hoe gaat het met u?



Gezinsbond

Kind & Gezin



Vormingplus

regio Mechelen



Wil je meer weten over het Huis van het Kind:
mechelenkinderstad.be/huis-van-het-kind

HUIS VAN HET KIND
MECHELEN