



Opvoedingswinkel
Noord-Limburg

VORMINGSKALENDER

Najaar 2024

*Voor iedereen die met
opvoeden te maken heeft!*

info@opvoedingswinkelnoordlimburg.be
www.opvoedingswinkelnoordlimburg.be
www.facebook.com/opvoedingswinkelnl
011/39.32.72



Wil je meer te weten komen over de werking van onze Opvoedingswinkel? Scan de qr-code voor een leuke video!

Woensdag 9 oktober om 19u30

Webinar: Emotieregulatie bij kinderen

Spreker: Anky De Frangh

Locatie: Online of in het Kompas (Hertog Janplein 36, 3920 Lommel)

Elke ouder botst wel eens op lastig gedrag bij zijn kind(eren): niet luisteren, slaan, schreeuwen, kwetsende uitspraken doen, gooien, ... In deze lezing benadert Anky De Frangh dit onderwerp vanuit verbinding. De focus verschuift van het gedrag naar de onderliggende gevoelens en behoeften. Je krijgt een hoop nieuwe inzichten én concrete handvaten. Door op deze -emotiecoachende- manier met moeilijk gedrag om te gaan, creëer je meer begrip voor je kind, kan je je kind helpen om beter met zijn gevoelens om te gaan en groeit je vertrouwen als ouder bij het omgaan met gedrag en emoties."

Inkom: Gratis

Inschrijven via <https://forms.gle/NdpAt13toJ2x16dn8>

Maandag 14 oktober om 20u

Cyberpesten (bij kinderen tussen 8-16 jaar)

Spreker: Veilig Online (Gezinsbond & Child Focus)

Locatie: De Kroon, Nevenplein 1, 3950 Bocholt

Gepest worden kan je leven tot een heuse hel maken. Zeker als het ook online gebeurt: het houdt niet op wanneer je thuis in je zetel zit. Hoe gaat cyberpesten precies in zijn werk? Wie zijn ouders, slachtoffers en wie kijkt toe? Hoe pak je dit het beste aan? Waarover moet je praten en hoe begin je daaraan? In deze sessie krijg je concrete handvaten om ten strijde te trekken tegen de cyberpest-plaag.

Gratis (max. 20 deelnemers)

Neem je inschrijvingsbewijs digitaal of papier mee

Inschrijven via <https://forms.gle/Nqfd28EPPw9v5Lmh6>

Donderdag 17 oktober om 19u30

Grenzen stellen aan pubers

Spreker: Dr. Lieve Swinnen (kinder- en jeugdpsychiater)

Locatie: Huis van het Kind, De Houborn 45/1/13960 Bree

Pubers zijn lastig, dat komt door de hormonen zegt men. Maar misschien moeten we het zo zien: pubers hebben het lastig. Er komt veel op hen af, ze moeten van alles. Hun lichaam verandert en de groeispuurt die ook in de hersenen plaatsvindt, zorgt voor een kwetsbaarheid. Dit begrijpen geeft handvaten naar aanpak toe. Waar leg je de grens? Hoe werkt discipline bij pubers? Hoe wapenen we onze pubers om zich staande te houden in onze drukke en veranderende maatschappij? Een lezing boordevol inzichten en tips, omdat pubers een geschenk zijn!

Inkom: Gratis (max. 50 deelnemers)

Neem je inschrijvingsbewijs digitaal of papier mee

Inschrijven via <https://forms.gle/V3ynwYNNYdum9ygt8>

Maandag 21 oktober om 19u30

Workshop positieve heroriëntering

Spreker: Pieter Simenon vzw

Locatie: KIK, Vriendschapsplein 2, 3940 Hechtel-Eksel

Ben jij als ouder op zoek naar manieren om de band met je kind te versterken en uitdagende situaties binnen het gezin te overwinnen? PH biedt een andere benadering door te focussen op gevoelens, behoeften en verlangens, waardoor de communicatie en verbinding worden bevorderd. Deze workshop biedt concrete tools om als gezin veerkrachtig te blijven in moeilijke momenten en opnieuw verbinding te vinden.

Inkom: Gratis (max. 15 deelnemers)

Neem je inschrijvingsbewijs digitaal of papier mee

Inschrijven via <https://forms.gle/cAD2vvhL8ST261378>

Woensdag 6 november om 19u

Peuters, lief maar soms lastig

Spreker: Kind & Gezin

Locatie: Consultatiebureau, Kloosterstraat 5, 3670 Oudsbergen

Infosessie voor ouders over de peuterpuberteit. Je krijgt een heleboel informatie en tips over het versterken van aangenaam en het verminderen van onaangenaam gedrag.

Inkom: Gratis (max. 15 deelnemers)

Neem je inschrijvingsbewijs digitaal of papier mee

Inschrijven via <https://forms.gle/zSeP5a9ozrHLSyT78>

Donderdag 7 november om 19u30

Inleefsessie autisme

Spreker: Vlaamse Vereniging Autisme

Locatie: Huis van het Kind, Kloosterstraat 15, 3930 Hamont-Achel

Mensen zonder autisme kunnen lezen en leren over autisme, maar hoe voelt het om autisme te hebben? Tijdens deze sessie worden enkele inleefmethodieken gebruikt om zo dicht als mogelijk bij het 'autistisch voelen' te komen.

Inkom: Gratis (max. 40 deelnemers)

Neem je inschrijvingsbewijs digitaal of papier mee

Inschrijven via <https://forms.gle/BWSPwGKKqacFwiyx7>



**Opvoedingswinkel
Noord-Limburg**

Donderdag 14 november om 19u30

Als kleine kinderen groot worden (10-15 jaar)

Spreker: Integra

Locatie: Hoeve Vermeulen, Albertus Morrenstraat 4, 3990 Peer

Welke regels stel ik over alcohol als mijn veertienjarige dochter naar een fuif gaat? Kan ik tabak verbieden aan mijn puber als ik zelf rook? Of wat kan ik doen als mijn zoon van vijftien dronken thuiskomt? Als Kleine Kinderen Groot Worden helpt je bij het zoeken naar antwoorden op deze en andere vragen rond alcohol en tabak. Aan de hand van filmpjes en voorbeelden bieden we jou tips en tricks om met je kind in gesprek te gaan, op de manier die het beste bij jou past. Voor ouders van tieners tussen 10 en 15 jaar.

Inkom: Gratis (max. 20 deelnemers)

Neem je inschrijvingsbewijs digitaal of papier mee

Inschrijven via <https://forms.gle/352Xe7UKD5nwzZR68>

Maandag 25 november om 19u30

Ben ik te dik, mama?

Spreker: Ann Vandeputte (Eetexpert)

Locatie: De Stroming, Kerkplein, 3910 Neerpelt

Opgroeiende pubers zijn in hun spurt naar volwassenheid op zoek naar hun eigen lichaamsbeeld en daarbij ontwikkelen ze soms een ongezonde relatie met gewicht en voeding. Ouders kunnen een belangrijke rol spelen bij het voorkomen van een eetstoornis. Maar hoe doe je dat? Waaraan herken je of je tiener een ongezonde relatie heeft met gewicht en voeding? Wanneer ga je het gesprek aan? Wat zet je op tafel? En hoe zorg je ervoor dat je kind een positieve relatie aangaat met zijn of haar lichaam? Psychologe en Eetexpert-oprichtster An Vandeputte gaat geen enkel taboe uit de weg. Van de inhoud van de voorraadkast tot de openingszin van gesprekken over gezondheid en gewicht.

Inkom: Gratis

Inschrijven via <https://forms.gle/jVC1fi6iLo2DLV5RA>

Inschrijven:

Vanaf maandag 23 september 13u

Scan onderstaande QR-code of ga naar de kalender via www.opvoedingswinkelnoordlimburg.be. Je kan ook telefonisch inschrijven via 011 39 32 72.

