



# Samen (op)groeien

workshops & trainingen voor ouders en kinderen

*Ook dit najaar bieden wij interessante trainingen en workshops voor kinderen én hun ouders/opvoeders aan. In deze nieuwsbrief kun je lezen welke dat zijn. Nieuwsgierig naar ons complete aanbod? Kijk dan ook eens op [www.samenopgroeien.nu](http://www.samenopgroeien.nu).*

## **Brusjesgroep: nu even ik!**

Brussen zijn broers of zussen van een kind met een beperking. Deze cursus is speciaal voor brusjes van een kind met autisme. Want een broer of een zus met autisme, is niet altijd zo makkelijk. Kinderen met autisme zien de wereld om zich heen op een andere manier. Soms gedragen ze zich opvallend of hebben ze veel aandacht nodig.

► **Inschrijven 5 september - 15.30 tot 17.00 uur**  
4 bijeenkomsten totaal

## **KIES groep (Kinderen In Een Scheiding)**

KIES staat voor Kinderen In Een Scheiding. Kinderen kiezen niet voor de scheiding van hun ouders. Het overkomt ze. Hoe ze omgaan met de veranderde situatie kan zeer verschillend zijn. Bij de spel- en praatgroep KIES kunnen kinderen de scheiding leren begrijpen, een plaats geven en een manier vinden hoe ze om kunnen gaan met alles wat ze moeilijk vinden aan de scheiding. Het maakt niet uit of ouders net gescheiden zijn of dat het al een aantal jaar geleden is gebeurd of hoe de scheiding is verlopen, kinderen vinden het altijd prettig om te praten met leeftijdsgenoten die hetzelfde hebben meegemaakt. De kinderen helpen elkaar met oplossingen en komen over de drempel om eens hun hart te luchten over de dingen die ze moeilijk vinden.

► **Inschrijven 3 oktober, diverse tijdstippen**  
9 bijeenkomsten totaal, waarvan 3 oktober voor ouders

## Leren leren - skills & tools

De overgang van de basisschool naar het voortgezet onderwijs kan best een grote stap zijn. Deze training leert jou hoe je kunt leren en plannen, zodat je met meer zelfvertrouwen deze stap kunt gaan maken! De training zit boordevol leerstrategieën, geheugentechnieken en manieren om teksten beter te begrijpen. Ook verbanden leggen om de lesstof beter te onthouden is een onderdeel.

Kortom, je brein aan het werk zetten!

Tijdens deze training leer je:

- welke leerstijlen er zijn
- ontdek je welke leerstijl bij je past
- plannen en organiseren

► **Inschrijven 17 september - 15.45 - 17.00 uur**  
9 bijeenkomsten totaal

## Baas over Boos

Leren je boosheid te uiten is belangrijk voor alle kinderen. Ze geven hiermee hun grenzen aan en laten horen wie ze zijn en waar ze voor staan. Daar is niets mis mee. Sommige kinderen zijn vaak boos of hebben moeite om met hun boosheid om te gaan. Ze kroppen hun emoties op en kunnen ineens ontploffen, van zich af slaan of misschien zelfs agressief worden. Daar hebben niet alleen zij zelf last van, ook voor de omgeving kan dit vervelende situaties opleveren.

Tijdens de training leren kinderen:

- Beter zicht te krijgen op welke gebeurtenissen hen boos maken
- Dat er onder boosheid vaak andere gevoelens zitten
- Oplopende spanning eerder te signaleren, zodat escalaties kunnen worden voorkomen
- Verschillende uitdoofmethodes om hun gevoelens op een goede manier te reguleren

Elke week krijgen de kinderen een aantal opdrachten mee naar huis om ook thuis en op school de boosheid te onderzoeken en om te oefenen met wat ze geleerd hebben. De kinderen kunnen het niet alleen. Het is belangrijk dat jullie als ouders (en ook school) bereid zijn om de kinderen te ondersteunen gedurende de trainingsweken bij het maken van de oefenopdrachten.

► **Inschrijven 26 september**  
8 bijeenkomsten totaal

## Hoe begrijp ik mijn kind met autisme?

---

Kinderen met autisme verwerken informatie op een andere manier. Ze kunnen problemen hebben met teveel prikkels of ze zijn daar juist ongevoelig voor. Ook het taalgebruik en taalbegrip kan anders zijn en de manier waarop zij contact maken met anderen. Wanneer je net hebt gehoord dat je kind autisme heeft, komt er veel op je af. Wat is autisme precies? Wat zie je bij je kind en hoe kan je je kind helpen? Wat betekent dit voor jou als ouder en voor jullie gezin? Ieder kind met autisme is anders. In deze cursus krijg je handvatten om het autisme van jouw kind beter te begrijpen. Uitleg wisselen we af met praktische oefeningen. Door de uitwisseling met andere ouders doe je ideeën op om je kind nog beter te kunnen helpen.

► **Inschrijven 1 oktober 19.00 - 21.00 uur**

4 bijeenkomsten totaal

*Benieuwd naar meer aanbod zoals de training voor ouders **'Hoogbegaafdheid & Opvoeden'**, de workshop **'Hoogbegaafd en nu?'** of het webinar **'Kinderen en (pittige) emoties'**? Bekijk dan het volledige aanbod op [www.samenopgroeien.nu](http://www.samenopgroeien.nu) of [www.cjgkennemerland.nl](http://www.cjgkennemerland.nl).*