



Centrum voor  
Jeugd en Gezin  
Barneveld

# Najaarsaanbod 2022

Cursussen • Workshops • Trainingen

- *Voor kinderen en jongeren*
- *Voor ouders en opvoeders*



Dichtbij. Met elkaar. Door elkaar.

## Inleiding

Het CJG Barneveld presenteert in deze folder het Najaarsaanbod 2022.

Wilt u meer informatie over de inhoud van het aanbod?

Twijfelt u welke training het beste aansluit bij uw kind of heeft u andere vragen?

Neem dan vrijblijvend contact op met Saskia van Gils, coördinator collectieve taken, via [svangils@cjgbarneveld.nl](mailto:svangils@cjgbarneveld.nl) of 0342-414816.

Vóór aanvang van een training worden u en uw kind uitgenodigd voor een intake-gesprek waarbij we samen besluiten of de gekozen training passend is bij de leerdoelen van uw kind.

*Ons aanbod is in principe alleen toegankelijk voor inwoners van de gemeente Barneveld; in overleg wordt daar soms van afgeweken.*

## Overzicht in één oogopslag

	<b>Wat?</b>	<b>Voor wie?</b>	<b>Pag.</b>
	<b><i>Ons aanbod voor kinderen en jongeren</i></b>		
1	Kinderclub Piep zei de muis	5 t/m 7 jaar	3
2	Brussengroep	8 t/m 12 jaar	3
3	Kindergroep Omgaan met Emoties	8 t/m 12 jaar	4
4	Running Therapie	12 t/m 18 jaar	4
5	Rots en Water Trainingen	6 t/m jaar Barneveld	6
		6 t/m 10 jaar Voorthuizen	6
		11 t/m 14 jaar Barneveld	6
		12 t/m 14 jaar VLC	6
6	Workshop De Kinderen Scheiden Mee	6 t/m 12 jaar	6
	<b><i>Ons aanbod voor ouders en verzorgers</i></b>		
1	Cursus Peuter in Zicht	Ouders/verzorgers	8
2A	Cursus Pittige Pubers (CJG)	Ouders/verzorgers	8
2B	Cursus Pittige Pubers (VLC)	Ouders/verzorgers	8
3	Cursus Positief Opvoeden Werkt	Ouders/verzorgers	9

## Kindertrainingen & Workshops

### 1. Piep zei de muis (5 t/m 7 jaar)

Kinderclub Piep zei de Muis is bedoeld voor kinderen van 5 t/m 7 jaar die extra steun kunnen gebruiken omdat ze thuis of in hun directe omgeving te maken hebben met stress en spanningen. Bijvoorbeeld als een ouder ernstig ziek wordt of depressief is, of als sprake is van een scheiding, ruzie of geweld.

Het is een leuke club waar kinderen heel veel plezier hebben, vriendjes maken en iets helemaal voor zichzelf hebben.

Voor de kinderen zijn er 13 bijeenkomsten, voor de ouder(s) gelijktijdig met de kinderclub 4 bijeenkomsten. Hier wisselen we ervaringen met elkaar uit en kijken we samen wat helpt in jullie situatie.

#### **Praktische informatie**

Data/Tijd	Kinderbijeenkomsten op dinsdagen van 15.30 tot 17.00 uur: <i>11, 18 oktober (25 oktober = vakantie); 1, 8, 15, 22, 29 november; 6, 13, 20 december 2022 (dan kerstvakantie); 10, 17 en 24 januari 2023.</i> Ouderbijeenkomsten van 15.30 tot 17.00 uur: <i>11 oktober, 15 november, 20 december 2022 en 24 januari 2023.</i>
Locatie	CJG Barneveld, Wilhelminastraat 10, Barneveld.
Deelname	Gratis.
Aanmelding	Via <a href="http://www.cjgbarneveld.nl">www.cjgbarneveld.nl</a> .

### 2. Brussengroep (8 t/m 12 jaar) (i.s.m. Welzijn Barneveld)

Voor broers en zussen van kinderen met een chronische ziekte, handicap of stoornis, die het leven binnen het gezin duidelijk beïnvloeden. Dat kan best lastig zijn. Misschien schaamt je je af en toe voor hem of haar? Of heb je het gevoel in zijn of haar schaduw te staan? Veel tijd en aandacht gaat vaak naar het kind waar iets mee aan de hand is. Misschien heb jij wel het gevoel dat je af en toe tekort schiet? Misschien wil je ook graag weten wat er met je broer of zus aan de hand is en hoe je daar het beste mee om kunt gaan?

Tijdens de cursus praten we met elkaar over verschillende herkenbare thema's.

Want zeg nou zelf; het kletst toch het lekkerste met leeftijdgenoten die in hetzelfde schuitje zitten?

#### **Praktische informatie**

Data/Tijd	Kinderbijeenkomsten op maandagen van 15.30 tot 17.00 uur. <i>19 en 26 september; 3 en 10 oktober 2022.</i> Ouderbijeenkomst op 11 oktober 2022 van 19.30 tot 21.00 uur.
Locatie	CJG Barneveld, Wilhelminastraat 10, Barneveld.
Deelname	€ 17,50 (voor de gehele training).
Aanmelden	Via <a href="http://www.cjgbarneveld.nl">www.cjgbarneveld.nl</a> .

### 3. Omgaan met Emoties (8 t/m 12 jaar)

Iedereen heeft gevoelens. Maar soms vindt je kind het lastig deze te uiten of kom je er als ouder maar moeilijk achter hoe je kind zich voelt.

Bij de kindergroep "Omgaan met emoties" merken kinderen dat ze niet de enigen zijn die weleens bang, verdrietig of boos zijn.

Kinderen leren over gevoelens, wanneer ze zich bang, boos, verdrietig en blij voelen en hoe ze hiermee om kunnen gaan. Maar ook waar ze trots op mogen zijn en wat ze goed kunnen. En dat ze hun behoeften en grenzen mogen aangeven en daar hulp en steun bij mogen vragen.

Al deze beschermende factoren helpen kinderen goed met situaties thuis, op school, in de buurt, etc. om te gaan en gezond te blijven. Dat doen we op een speelse manier. Kinderen leren op jonge leeftijd namelijk veel door te spelen. Want door spelen kun je dingen uitproberen en verwerken. Bij deze kindergroep werken we daarom veel met verhalen, spelletjes en knutselen.

Voor ouder(s)/ verzorger(s) wordt een ouderbijeenkomst georganiseerd.

U ontvangt tijdens deze bijeenkomst meer uitleg over de thema's en krijgt tips hoe je je kind tot steun kan zijn. Van tevoren krijgt u een intakegesprek.

#### **Praktische informatie**

Data/Tijd	Kinderbijeenkomsten op vrijdagen van 15.30-16.30 uur. <i>23 en 30 september; 7, 14 en 21 oktober (28 oktober = vakantie); 4 en 11 november 2022.</i> Ouderbijeenkomst op dinsdagavond 13 september 2022 van 19.30-21.00 uur.
Locatie	CJG Barneveld, Wilhelminastraat 10, Barneveld.
Deelname	€ 17,50 (voor de gehele training).
Aanmelden	Via <a href="http://www.cjgbarneveld.nl">www.cjgbarneveld.nl</a> .

### 4. Running Therapie (12 t/m 18 jaar)

#### **Nieuw: in Kootwijkerbroek en Voorthuizen**

Bewegen is niet alleen goed voor je fysieke maar ook voor je mentale gezondheid. Rustig hardlopen zorgt ervoor dat je weer lekkerder in je vel komt te zitten en het heeft een positief effect op psychische klachten zoals angst en somberheid. Je kunt je beter concentreren op school of op je werk, het geeft zelfvertrouwen, een flinke energieboost en een gezonder lijf!

Om mee te doen met Running Therapie hoef je geen ervaring te hebben met sporten of hardlopen in het bijzonder. En ook als je geen klachten hebt, ben je welkom! We gaan sámen aan de slag! Running Therapeute Mieke Lijbers loopt letterlijk met je mee, ze motiveert waar nodig en zorgt voor leuke en afwisselende trainingen.

#### **Programma**

- ▶ Running Therapie start met een persoonlijke intake.

- ▶ Vervolgens wordt 10 weken 2x per week samen, met maximaal 8 jongeren getraind.
- ▶ Je ontvangt een trainingsschema voor thuis en je loopt 1x per week zelfstandig.
- ▶ Alleen gemakkelijke kleding en sportschoenen zijn nodig.

#### **Praktische informatie voor de locatie *Kootwijkerbroek***

Startdatum	6 september 2022 (en vervolgens 10 weken) Vervolgens wordt iedere dinsdag- en donderdagavond getraind.
Tijdstip	16.15-17.00 uur.
Locatie	Koningin Beatrixschool (Parkeerplaats Rehobothstraat), Kootwijkerbroek (bij slecht weer – training in overleg).
Deelname	Je betaalt alleen het inschrijfgeld van € 25,00.
Aanmelden	Via <a href="http://www.cjgbarneveld.nl">www.cjgbarneveld.nl</a> .

#### **Praktische informatie voor de locatie *Voorthuizen***

Startdatum	6 september 2022 (en vervolgens 10 weken) Vervolgens wordt iedere dinsdag- en donderdagavond getraind.
Tijdstip	18.30-19.15 uur.
Locatie	Zwembad De Heuvelrand, Voorthuizen (bij slecht weer wijken we uit naar het Transferium, naast de Harselaartunnel).
Deelname	Je betaalt alleen het inschrijfgeld van € 25,00.
Aanmelden	Via <a href="http://www.cjgbarneveld.nl">www.cjgbarneveld.nl</a> .

## **5. Rots en Water-trainingen (6 tot en met 14 jaar)**

Ben je snel boos? Vind je nieuwe vrienden maken moeilijk? Of wil je stevig in je schoenen leren staan?

De Rots en Water-training helpt kinderen en jongeren om voor zichzelf op te komen én om beter met andere mensen om te gaan.

De training is een sociale weerbaarheidstraining waarin je zowel je lichamelijke als je mentale weerbaarheid traint.

Er zijn trainingen voor:

- A1 Kinderen van 6 t/m 10 jaar op 10 dinsdagen in Barneveld
- A2 Kinderen van 6 t/m 10 jaar op 10 donderdagen in Voorthuizen
- B Jongeren van 11 t/m 14 jaar op 10 donderdagen in Barneveld
- C Leerlingen VLC van 12 t/m 14 jaar op 10 donderdagen in het VLC

#### *Rots en Water Ouderbijeenkomst*

Wij organiseren in september een ouderbijeenkomst. Datum en locatie worden zo spoedig mogelijk bekendgemaakt. De avond begint om 19.30 en duurt tot 20.45 uur. Aanmelden kan ná het intakegesprek via [www.cjgbarneveld.nl](http://www.cjgbarneveld.nl). U ontvangt tijdens deze bijeenkomst meer uitleg over de thema's en krijgt tips hoe je je kind tot steun

kan zijn. Van tevoren krijgt u een intakegesprek. Na aanmelding volgt verdere informatie.

### **A1. 6 t/m 10 jaar (Barneveld)**

#### ***Praktische informatie***

Data/Tijd	Dinsdagen van 15.45-16.45 uur. <i>20, 27 september; 4, 11, 18 oktober (25 oktober = vakantie); 1, 8, 15, 22 en 29 november 2022.</i>
Locatie	Gymzaal Vliegeniers, Weth. Zandbergenlaan 20, Barneveld.
Deelname	€ 17,50 (voor de gehele training).
Aanmelding	Via <a href="http://www.cjgbarneveld.nl">www.cjgbarneveld.nl</a> .

### **A2. 6 t/m 10 jaar (Voorthuizen)**

#### ***Praktische informatie***

Data/Tijd	Donderdagen van 15.45-16.45 uur. <i>22, 29 september; 6, 13, 20 oktober (27 oktober = vakantie); 3, 10, 17 en 24 november en 1 december 2022.</i>
Locatie	Gymzaal De Brug, Gerard Doustraat 101, Voorthuizen.
Deelname	€ 17,50 (voor de gehele training).
Aanmelding	Via <a href="http://www.cjgbarneveld.nl">www.cjgbarneveld.nl</a> .

### **B. 11 t/m 14 jaar (Barneveld) (i.s.m. Be Active & Creative)**

#### ***Praktische informatie***

Data/Tijd	Donderdagen van 15.45-16.45 uur. <i>22, 29 september; 6, 13, 20 oktober (27 oktober = vakantie); 3, 10, 17 en 24 november en 1 december 2022.</i>
Locatie	Gymzaal Vliegeniers, Weth. Zandbergenlaan 20, Barneveld.
Deelname	€ 17,50 (voor de gehele training).
Aanmelden	Via <a href="http://www.cjgbarneveld.nl">www.cjgbarneveld.nl</a> .

### **C. 12 t/m 14 jaar (Van Lodenstein College)**

#### ***Praktische informatie***

Data/Tijd	Donderdagen van 16.00-17.00 uur. <i>De exacte data worden z.s.m. bekendgemaakt via de website van het CJG Barneveld en de schoolmail.</i>
Locatie	Gymzaal Van Lodenstein College, Lunterseweg 94, Barneveld.
Deelname	€ 17,50 (voor de gehele training).
Aanmelden	Via <a href="http://www.cjgbarneveld.nl">www.cjgbarneveld.nl</a> .

## **6. Workshop De Kinderen Scheiden Mee (6 t/m 12 jaar)**

Als je gaat scheiden, is dit niet alleen ingrijpend voor jezelf maar ook ingrijpend voor de kinderen.

In deze onzekere periode kan je kind een steuntje in de rug goed gebruiken.

De workshop helpt je kind beter te begrijpen wat er allemaal tijdens een scheiding gebeurt. En hoe hij/zij hiermee om kan gaan.

Samen met acht tot tien leeftijdsgenoten gaat je kind, onder begeleiding van twee trainers (coaches), op een ontspannen wijze aan de slag. De workshop helpt je kind op weg om door de (moeilijke) scheidingsperiode heen te komen. En het geeft jou, als ouder, een aanzet om op een praktische manier met je kind om te gaan.

### ***Praktische informatie***

Data/Tijd	Kinderworkshop: zodra er voldoende aanmeldingen zijn, wordt dit bekendgemaakt. Ouderavond: idem.
Locatie	CJG Barneveld, Wilhelminastraat 10, Barneveld.
Deelname	Gratis.
Aanmelden	Via <a href="http://www.cjgbarneveld.nl">www.cjgbarneveld.nl</a> .

## Voor ouders en verzorgers

### 1. Peuter in Zicht

In de peutertijd verandert er veel. Je kind kan steeds meer dingen zelf en gaat graag op onderzoek uit. En: krijgt een heel duidelijke eigen wil. Dit zijn mooie en belangrijke stappen in de ontwikkeling van een kind, maar voor ouders niet altijd makkelijk. Opvoeden betekent dat je als ouder meegroeit met de ontwikkeling van je kind. Je sluit aan bij wat je kind al kan of juist moet leren. Veel ouders vinden het prettig om hierover met andere ouders te praten. Herken je dat ook? Dan is de cursus Peuter in Zicht iets voor jou.

#### **Praktische informatie**

Voor	Ouders van peuters van 1,5 tot 4 jaar.
Data	Maandagen 7, 14, 21 en 28 november 2022.
Tijd	19.30 tot 21.30 uur.
Locatie	CJG Barneveld, Wilhelminastraat 10, Barneveld.
Deelname	Eigen bijdrage van € 12,50 (voor de gehele training).
Aanmelden	Via <a href="http://www.cjgbarneveld.nl">www.cjgbarneveld.nl</a> .

### 2A. Cursus Pittige Pubers (CJG Barneveld)

### 2B. Cursus Pittige Pubers (Van Lodenstein College)

Opgroeïende tieners hebben baat bij veel liefde, maar hoe kunt u uw kind weer bereiken als hij of zij in een afwerende houding is beland?

Tijdens de cursus krijgen ouders praktische handvatten om met het soms onbereikbare, ongrijpbare of onverantwoordelijke gedrag van hun opgroeiende tieners om te gaan.

Verlangt u wel eens terug naar de tijd dat uw kinderen zo klein waren dat ze heerlijk bij u op schoot klommen als ze moe waren? Of dat u ze, wanneer ze een dwarse bui hadden, in het fietszitje kon tillen en ze even later alweer zaten te zingen? Eenmaal in de pubertijd aangekomen, is het soms lastig de "gebruiksaanwijzing" terug te vinden. Optillen kan niet meer, eenvoudige middelen als straffen en belonen werken bij veel pubers juist averechts. Toch hebben juist deze opgroeiende tieners baat bij veel liefde en veilige grenzen.

- Hoe kunt u uw kind weer bereiken als hij of zij in een afwerende houding is beland?
- En hoe kunt u hem of haar op een veilige manier met verantwoordelijkheid leren omgaan?
- Hoe kunt u uw verwachtingen duidelijk maken zonder in een machtsstrijd te belanden?
- Hoe voorkomt u verbale of fysieke agressie?



De cursus bestaat uit drie bijeenkomsten van twee uur.

### ***Praktische informatie voor de cursus in het CJG Barneveld***

Doelgroep	Ouders van pittige pubers.
Datum	Maandag 17 en 31 oktober en 21 november 2022.
Tijd	19.30-21.30 uur.
Locatie	CJG Barneveld, Wilhelminastraat 10, Barneveld.
Deelname	Eigen bijdrage van € 12,50.
Aanmelden	Via <a href="http://www.cjgbarneveld.nl">www.cjgbarneveld.nl</a> .

### ***Praktische informatie voor de cursus in het Van Lodenstein College***

Doelgroep	Ouders van pittige pubers.
Datum	Data worden zo spoedig mogelijk ingepland, hou de website van het CJG Barneveld of de schoolmail in de gaten.
Tijd	19.30-21.30 uur.
Locatie	Van Lodenstein College, Lunterseweg 94, Barneveld.
Deelname	Eigen bijdrage van € 12,50.
Aanmelden	Via <a href="http://www.cjgbarneveld.nl">www.cjgbarneveld.nl</a> .

**\*\*\* NIEUW AANBOD \*\*\***

## **Cursus voor ouders van kinderen in de leeftijd 4-12 jaar**

Positief Opvoeden werkt!

Jij bepaalt zelf welke normen en waarden in jouw gezin belangrijk zijn.

Positief Opvoeden biedt je vaardigheden om deze normen en waarden te bereiken.

Je leert eenvoudige manieren om ervoor te zorgen dat je kind zich gedraagt zoals jij wilt. Eigenlijk krijg je een gereedschapskist vol ideeën en opvoedstrategieën. Jij kiest de opvoedstrategieën die je nodig hebt. En jij bepaalt hoe je die kunt gebruiken. Positief Opvoeden helpt je op de manier zoals jij dat wilt.

### ***Praktische informatie***

Doelgroep	Ouders van kinderen in de basisschoolleeftijd.
Datum	Data worden zo spoedig mogelijk ingepland, hou de website van het CJG Barneveld in de gaten.
Tijd	19.30-21.30 uur.
Locatie	CJG Barneveld, Wilhelminastraat 10, Barneveld.
Deelname	Eigen bijdrage van € 12,50.
Aanmelden	Via <a href="http://www.cjgbarneveld.nl">www.cjgbarneveld.nl</a> .

## Over het CJG Barneveld

Het CJG Barneveld is hét adres voor informatie over opgroeien, opvoeden en gezinsondersteuning.

Het CJG Barneveld helpt en ondersteunt gezinnen om kinderen veilig en liefdevol te laten opgroeien.

*Dichtbij. Met elkaar. Voor elkaar.*

Wilhelminastraat 10 ♦ 3771 AR Barneveld ♦ 0342-414816