

Trainingen kinderen en ouders onderbouw

Kinderen; spelenderwijs leren

Piep zei de muis (groep 1-4)

Piep is een leuke club waar kinderen plezier hebben, vriendjes maken en iets helemaal voor zichzelf hebben, omdat ze thuis of in hun directe omgeving veel met stress en spanningen te maken hebben (gehad).

Aanmelden en info: www.indigowest.nl/zoeken/-/piep-zei-de-muis

Hoera, ik durf! (groep 3-4)

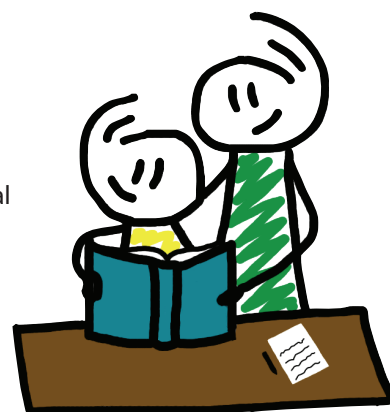
Een groep voor kinderen die graag meer zouden willen durven en zich dapperder en zelfverzekerder willen voelen.

Aanmelden en info: www.indigowest.nl/cursussen/cursus/-/fijn-vrienden-6-8-jr-meer-leren-durven-

KIES voor het kind (groep 1-3)

Een spel- en praatgroep voor kinderen van ouders in een scheiding. In deze groep leren ze spelenderwijs hun ervaring delen en ontmoeten ze andere kinderen die de situatie herkennen.

Aanmelden en info: www.indigowest.nl/cursussen/cursus/-/kies-4-7-jr-kinderen-in-echtscheiding-situaties-



Ouders; leren van en met elkaar

Pittige Jaren

Deze training helpt om het zelfvertrouwen van ouders te vergroten, de band tussen ouder en kind te versterken en ouders steun laten ervaren van elkaar. Ouders leren praktische vaardigheden bij de opvoeding.

Aanmelden en info: www.indigowest.nl/cursussen/cursus/-/pittige-jaren

Mindful Ouderschap

Deze training helpt om uit de 'stress-van-alledag' te stappen en meer in het 'hier-en-nu' te zijn met je kind, waardoor er meer ruimte ontstaat voor contact en genieten van het samenzijn.

Aanmelden en info: www.indigowest.nl/zoeken/-/mindful-parenting

Ouderschap in Balans

Wanneer je niet lekker in je vel zit, is in balans blijven én opvoeden een hele klus. Hoe ga je om met gevoelens van stress, schuld, schaamte en eenzaamheid? Hoe praat je met de kinderen, hoe blijf je jezelf en hoe pak je stressvolle situaties aan? Met andere ouders hierover in gesprek, is een eerste stap!

Aanmelden en info: www.indigowest.nl/zoeken/-/goed-genoeg-ouderschap

Cool Little Kids

Is je kind soms angstig of erg verlegen? Cool Little Kids kan jou helpen om met de angst van je kind om te gaan.

Aanmelden en info: www.universiteitleid.nl/cool-little-kids/voor-ouders/data-en-tijden

Ouderbijeenkomst over Scheiding

Ben je gescheiden of ga je scheiden? Zit je al voor langere tijd in een lastige situatie met elkaar? Wil je weten wat belangrijk is voor je kind, zowel voor nu als voor in de toekomst? Meld je dan aan voor de voorlichting.

Aanmelden via: rotterdam@ouderbijeenkomsten.nl

Webinars; in jouw eigen tijd kennis opdoen

www.indigowest.nl/over-indigo/preventie/webinars