

Doe je mee?

HET
BEGINT
BIJ
MIJ

Je bent van harte welkom bij de training Het Begint Bij Mij!

Tijdens de bijeenkomsten op maandagochtend leer je meer over jezelf en ga je aan de slag met wat jij belangrijk vindt in jouw leven. Ook zullen we kijken naar wat jij belangrijk vindt voor (jouw) kinderen en hoe je dat kan bereiken. We sluiten de training af met een feestelijke certificaatuitreiking.

De cursus vindt plaats bij wijkcentrum
Unitas Vlokhovenseweg 49, 5625 WV Eindhoven

WAAR?

Aanmelden

Stuur een WhatsApp met je naam
naar Maartje van Vugt
(WIJ Eindhoven): 06-15412991
ovv Aanmelden training HBBM
Of mailen kan ook naar
maartje_vugt@wijeindhoven.nl

WANNEER?

	datum	tijd
Startbijeenkomst	28 okt	9:00-12:00
2 ^{de} bijeenkomst	4 nov	9:00-12:00
3 ^{de} bijeenkomst	11 nov	9:00-12:00
4 ^{de} bijeenkomst	18 nov	9:00-12:00
5 ^{de} bijeenkomst	25 nov	9:00-12:00
6 ^{de} bijeenkomst	2 dec	9:00-12:00
Feestelijke afsluiting		

Scan de QR-code om een filmpje
te bekijken waarin andere
ouders vertellen over de training.



In samenwerking met :



Beste ouders,

Ik ben Monique Lansheuvell en ik zal jullie begeleiden tijdens de training Het Begint Bij Mij. Ik kijk ernaar uit om kennis met jullie te maken bij de eerste bijeenkomst op 28 okt. Graag tot dan! Hartelijke groet, Monique

EEN POSITIEVE GROEPSTRAINING VOOR ALLE OUDERS

HET
BEGINT
BIJ
MIJ

HET BEGINT BIJ MIJ DE BASISPRINCIPES

We kijken vooruit, naar de mogelijkheden.

We leren van elkaar.

Ook trainers delen hun ervaring om deelnemers te inspireren.



DENK,



SCHRIJF,



DEEL

EN



DOE

HET BEGINT BIJ MIJ HET PROGRAMMA

6 bijeenkomsten van elk 3 uur, ergens bij jou in de buurt.

Een feestelijke certificaat uitreiking.

Bijeenkomsten zijn gratis, gezellig leerzaam en je krijgt koffie, thee en wat lekkers.

WIL JE MEER INFORMATIE
over trainingen bij jou in de
buurt? Neem contact op met:

4 BOUWSTENEN



BOUWSTEEN 1: ROLLEN EN
VERANTWOORDELIJKHEDEN

ROLLEN EN VERANTWOORDELIJKHEDEN

We staan stil bij de dilemma's die je tegenkomt in het ouderschap. Waar ben je verantwoordelijk voor? Welke rollen passen bij jou?



BOUWSTEEN 2: ZELFBEELD
EN ZELFVERTROUWEN

ZELFBEELD EN ZELFVERTROUWEN

We gaan op zoek naar aangeleerde patronen in gedrag, gedachten en emoties. Vervolgens kijken we hoe je zou willen dat je kind jou ziet? Welk voorbeeld wil jij zijn?



BOUWSTEEN 3: EFFECTIEVE
COMMUNICATIE

EFFECTIEVE COMMUNICATIE

Omdat de band tussen kinderen en ouders zo belangrijk is gaan we aan de slag met communicatieve vaardigheden.



BOUWSTEEN 4: WAARDEN,
NORMEN EN REGELS

WAARDEN, NORMEN EN REGELS

Deze bouwsteen gaat over zingeving, over wat jij zelf belangrijk vindt. Als je weet waar je voor staat kun je bewust kiezen voor gedrag en regels die hierbij passen.

"Ik heb nu meer zelfvertrouwen en zorg beter voor mezelf, daardoor heb ik meer energie voor mijn gezin."



"JE BEPAALT ZELF WAT JE WILT LEREN, DELEN OF VERANDEREN."

WIL JE MEER LEZEN EN BEKIJKEN OVER DEZE TRAINING? KIJK DAN OP WWW.PEER3.NL

peer3
DE KRACHT VAN SAMEN