



ACTIVITEITENAANBOD

Maart 2026

Meidentraining:

Misschien herken jij het ook wel... Twijfelen aan jezelf. Aan hoe je eruitziet. Wat je zegt. Wat je doet. En weet je? Dat is helemaal niet gek. Veel meiden voelen zich zo. Maar dat hoeft helemaal niet. Wil jij meer zelfvertrouwen? En wil je lekkerder in je vel zitten? Dan is deze training écht iets voor jou.

We snappen dat het spannend kan zijn om de eerste stap te zetten. Maar denk eens aan wat het je kan opleveren: meer rust in je hoofd, jezelf durven zijn, fijne gesprekken met andere meiden (die je misschien wel beter begrijpen dan je denkt), en wie weet nieuwe vriendschappen. Deze training is speciaal voor meiden van 13 t/m 16 jaar die zich zekerder willen voelen en beter met stress en moeilijke situaties om willen gaan.

Aanmelden kan via info@groepswork.nl

Start woensdag 4 maart 15.00-17.00 uur. Locatie: CJG, Dorpstraat 1 Heythuysen

Gespreksgroep voor ouders met kinderen in het Autisme Spectrum Stoornis (ASS):

Autisme is een andere manier van denken. Het is onzichtbaar en daardoor vaak moeilijk te begrijpen door bijv. broertjes en zusjes. Maar ook voor jou als ouder is het niet altijd duidelijk hoe je hiermee om kunt gaan. Dit kan leiden tot vervelende situaties. Wat kun je in deze situaties doen? Hoe ervaren andere ouders dit?

In deze gespreksgroep gaan de zogeheten ASS-ouders en betrokkenen samen in gesprek. Tijdens deze bijeenkomsten deelt men persoonlijke ervaringen. Waar lopen jullie in het gezin tegenaan? Wat zijn de mooie momenten? En wat zijn de uitdagingen bij het opvoeden van kinderen met autisme?

Deze interactieve bijeenkomsten staan in het teken van het delen van ervaringen en vooral het leren van anderen. Er is dan ook veel ruimte voor vragen en interactie tussen de deelnemers. Aanmelden kan via info@groepswork.nl

Donderdag 5 maart 19.00-21.00 uur. Locatie: CJG, Vogelsbleek 10 Weert

Training: Brussen

Hoe is het om op te groeien met een broer of zus met autisme? Kinderen met autisme vragen vaak meer zorg en aandacht van de ouders, wat lastig is voor het hele gezin. Voor een bruis is het niet altijd even duidelijk wat er precies met zijn broer of zus aan de hand is. Tijdens de brussengroep van het Centrum voor Jeugd en Gezin Midden Limburg gaat speciale aandacht uit naar de bruis. Deze training is voor kinderen van 8 tot 16 jaar die een broer of zus hebben met autisme. Er worden groepen georganiseerd voor kinderen uit dezelfde leeftijdscategorieën, zodat brussen ervaringen kunnen delen met leeftijdsgenoten. Eén groep bestaat uit ongeveer 8 deelnemers.

Aanmelden kan via info@groepswork.nl

Start: donderdag 12 maart 15.30-17.00 uur. Locatie: CJG, Dorpstraat 1 Heythuysen

Opvoeden doe je niet alleen!



ACTIVITEITENAANBOD

Maart 2026

Zindelijkheid in stappen"

Wil jij weten hoe je jouw kind kunt helpen bij het zindelijk worden? Of ben je al gestart en loop je tegen uitdagingen aan? De overgang van luier naar potje of wc verloopt bij ieder kind anders. Sommige kinderen pakken het snel op, terwijl anderen meer tijd en begeleiding nodig hebben. Tijdens ons gratis webinar 'Zindelijkheid in stappen' bespreken we:

- Hoe je kunt herkennen wanneer jouw kind klaar is voor zindelijkheidstraining
- Hoe je op een positieve manier kunt starten
- Welke stappen je kunt volgen en welke aanpak werkt
- Wat je kunt doen als het anders loopt dan verwacht
- Praktische tips die je direct kunt toepassen

Je kunt live vragen stellen via de chat en ervaringen delen met andere ouders. Na afloop ontvang je een terugkijk-link, zodat je het webinar later op je gemak kunt bekijken.

Donderdag 19 maart 20.00 uur, Locatie: Online via Webinargeek

Training: Kinderen in een scheiding

Als ouders vorm je een veilige haven voor jouw kind(eren). Maar wat als jij en jouw partner besluiten uit elkaar te gaan? Dit heeft een enorme impact op jullie gezin, en dus ook de kinderen. De KIES groep is speciaal voor Kinderen In Een Scheiding. Het is belangrijk dat kinderen gehoord worden in deze situatie, dat ze een stem hebben en dat hun gedachten, gevoelens en wensen ertoe doen.

Niemand 'kiest' zomaar voor een scheiding, zeker kinderen niet. Maar hoe nu verder? KIES is een groepsprogramma bedoeld voor kinderen van groep 4 t/m 8 van de basisschool, met creatieve werkvormen, waar kinderen kunnen vertellen, delen en oefenen. KIES leert kinderen om de scheiding beter te begrijpen. Kinderen leren ook om zelf beter te verwoorden wat de scheiding voor hen betekent. Daarnaast helpen we kinderen om vragen te stellen en zorgen te bespreken. Ze leren beter om te gaan met de scheiding en erover te praten met ouders. Aanmelden kan via info@groepswerk.nl

Start: woensdag 25 maart 15.30-16.30 uur. Locatie: CJG, Vogelsbleek 10 Weert

Webinar terugkijken: "financiële zorgen in het gezin"

Alles is duurder geworden. Veel ouders komen soms of vaak geld tekort. Wat betekent dit eigenlijk voor je kind(eren)? En hoe kun je je kind hierin ondersteunen?

Bekijk dit webinar nu terug.

Gratis deelname voor alle activiteiten. Aanmelden kan ook via info@cjgml.nl of www.cjgml.nl

Opvoeden doe je niet alleen!