



De Kattebel

Jaargang 24 – 19 april 2024 – nr. 15

TWEEWEEKELIJKSE NIEUWSBRIEF VAN IKC DOMMELEN: OPENBARE BASISCHOOL DE BELHAMEL, HET FACET EN KINDEROPVANGORGANISATIE IK-OOK I.S.M. HAAR OUDERVERENIGING EN MEDEZEGGENSCHAPSRAAD



De leerlingen van groep 7 hebben de hagel- en regenbuien getrotseerd tijdens het praktijkexamen verkeer. Wat een kanjers! Proficiat met het behalen van jullie verkeersdiploma!

VANUIT DE SCHOOLDIRECTIE

Meivakantie

De meivakantie staat weer voor de deur. Dit schooljaar valt deze vroeg. Vanaf aanstaande maandag is de school twee weken gesloten. Groep 1 t/m 4 zijn zelfs drie weken lang vrij. Leerlingen moeten in acht jaar tijd een bepaald aantal uren maken en daarbij is er een verplicht aantal uren in groep 5 t/m 8 dat gemaakt moet worden en een bepaald aantal uren in groep 1 t/m 4. Er is dus dit schooljaar ruimte voor drie extra vrije dagen voor groep 1 t/m 4.

De leerkrachten van deze groepen werken wel deze dagen. Zij hebben een studiedag (vervolg van het traject rijke speel/leeromgeving en beredeneerd onderwijsaanbod). Daarnaast doen zij allerlei zaken in het algemeen belang van de school etc.

Maar zover is het nu nog niet. Eerst vakantie! Mede namens het team wens ik u en uw kinderen heel fijne dagen toe.

Personeel

Juf Monica van groep 1/2 B gaat met ingang van de meivakantie met zwangerschapsverlof. Hartstikke fijn voor haar! Voor ons was het een uitdaging aangezien we geen vervanging hadden voor deze leerkracht. Dankzij de flexibiliteit van het team is het toch gelukt een goede oplossing te vinden.

Hoe gaat het eruit zien na de meivakantie:

- **Groep 1/2 B:** maandag juf Jill (huidige leerkracht groep 4) en de overige dagen juf Patricia.
- **Groep 1/2 A:** M.u.v. vrijdag juf Mariëlle en op vrijdagochtend juf Jacqueline (onderwijsassistent met lesbevoegdheid).
- **Groep 4:** maandag meester Jeroen, dinsdag en woensdag juf Jill en donderdag en vrijdag weer meester Jeroen.

AGENDA

ZATERDAG 27 APRIL
KONINGSDAG

20 APRIL TOT EN MET 5 MEI
MEIVAKANTIE

ZATERDAG 27 APRIL
KONINGSDAG
ZATERDAG 4 MEI
DODENHERDENKING
ZONDAG 5 MEI
BEVRIJDINGSDAG

MAANDAG 6 MEI TOT EN MET WOENSDAG 8 MEI
GROEP 1 T/M 4 VRIJ

DONDERDAG EN VRIJDAG 9 EN 10 MEI
HEMELVAART
ALLE KINDEREN VRIJ

ZONDAG 12 MEI
MOEDERDAG

MAANDAG 13 MEI
LUIZENCONTROLE

WOENSDAG 15 MEI 11.00 -12.00 UUR
OUDERBEDANKUURTJE
(We bedanken dan alle ouders voor hun hulp in dit schooljaar. Dus u bent welkom!)

ZONDAG 19 MEI
EERSTE PINKSTERDAG

MAANDAG 20 MEI
TWEDE PINKSTERDAG
ALLE KINDEREN VRIJ

WOENSDAG 22 MEI
DOMMELSE SPORTDAGEN
GROEP 3 EN 4

DONDERDAG 23 MEI
DOMMELSE SPORTDAGEN
GROEP 5 EN 6

VRIJDAG 24 MEI
DOMMELSE SPORTDAGEN
GROEP 7

VRIJDAG 24 MEI
KATTEBEL 16

WOENSDAG 22 T/M VRIJDAG 24 MEI
KAMP GROEP 8

WOENSDAG 29 MEI
STUDIEDAG
ALLE KINDEREN VRIJ



Ouders van de betreffende groepen hebben hier vorige week een mail over ontvangen.

Personeelsbezetting volgend schooljaar

Afgelopen periode is er op bestuursniveau veel gebeurd ten aanzien van de inzet van personeel voor volgend schooljaar. Er zijn diverse gesprekken geweest met de gemeenschappelijke medezeggenschapsraad en met de vakbonden. Er is een nieuw mobiliteitsbeleid opgesteld. Wanneer de formatie en dit mobiliteitsplan worden goedgekeurd, kunnen we verder met het formeren van de groepen van volgend schooljaar, we weten dan immers hoeveel personeel we kunnen inzetten.

Groet, juf Dieneke
Schooldirecteur

Ouderbedankuurtje

Op woensdag 15 mei willen we iedereen die ons geholpen heeft op school, in dit schooljaar, in het zonnetje zetten.
U bent van harte welkom van 11:00 uur tot 12:00 uur in De Belhal.

U wordt daar door de kinderen van school verrast.

Groet,
Juf Mariëlle en juf Patricia

Inloopsprekuren Centrum Jeugd & Gezin op school

Op woensdag 15 mei 2024 is Mohamed weer aanwezig op school van 8.30 uur - 10 uur voor vragen rondom opvoeding en de ontwikkeling van kinderen.

Mocht u een vraag voor hem hebben, ergens even over willen sparren, schroom dan niet en loop even binnen!

U hoeft van te voren géén afspraak te maken.

Mocht u het fijn vinden dan kunt u ook telefonisch of via mail contact met hem opnemen:

Mohamed Ait Boussaid | Medewerker Centrum Jeugd en Gezin

Tel: 06 18 780 358

mohamed.ait.boussaid@valkenswaard.nl

Werkdagen: maandag, dinsdag, woensdag, donderdag

Schoolkamp groep 8

Van 22 t/m 24 mei gaan de groepen 8 van De Belhamel en Het Facet op schoolkamp. Dit is één van de activiteiten waarmee zij hun schoolloopbaan afsluiten. We wensen hun een fijne tijd met elkaar!



JARIG

21 april

Julia

22 april

Niek

25 april

Josh, Lenn, Lilou

30 april

Simon

1 mei

Luca

2 mei

Yva

3 mei

Eve, Gerwin

6 mei

Merkieza, Kevin

8 mei

Julia

10 mei

Niene

11 mei

Sem

13 mei

Joao

16 mei

Neal

18 mei

Mike

22 mei

Bas



Dommelse sportdagen 2024

Na de vakantie, om precies te zijn op 22, 23 en 24 mei, is het weer tijd voor de traditionele sportdagen voor de groepen 3 t/m 8.

Doordat het schoolkamp dit jaar samenvalt met de sportdagen zal groep 8 niet deelnemen aan de sportdagen. De groep 6/7 van juf Heleen zal op de vrijdag deelnemen aan de sportdag. Inmiddels is er een oproep gedaan voor hulpouders. We hebben ondertussen al heel wat aanmeldingen, wat heel fijn is. Mocht u de mail gemist hebben dan kunt u nog via deze link (<https://forms.gle/sx2GgXjg1TFZNxh59>) u aanmelden om te helpen. Alle ouders die zich hebben aangemeld om te helpen tijdens deze dagen, zullen na de vakantie de benodigde informatie krijgen. Wij danken bij voorbaat iedereen die bij deze dagen meehelpt. Zonder uw hulp kunnen deze sportdagen niet plaatsvinden!

De indeling van de sportdagen ziet er als volgt uit:

Woensdag 22 mei 2024:

Sportdag voor de groepen 3 en 4

De kinderen zijn, zoals altijd, uiterlijk om 08.30 uur op school. Ze starten vanuit de eigen groep bij de eigen leerkracht. De groepsleiders halen hun kinderen in de klas op om vervolgens onder begeleiding van ouders/verzorgers en leerkrachten gezamenlijk naar "het Heike" te lopen. Daar kan de sportdag beginnen.

Trek uw kind(eren) gemakkelijke kleding aan, bij voorkeur gymkleding. De kinderen trekken het Belhamel T-shirt thuis al aan. Zorg dat uw kind een ander T-shirt bij zich heeft om naderhand aan te doen. De Belhamel shirts blijven namelijk op school.

De kinderen nemen zelf **een tussendoortje en een drinkbeker** mee.

Wij adviseren om bij warm weer uw kind(eren) een drinkfles met water en zonnebrandcrème mee te geven. Smeer uw kind thuis alvast in!

De kinderen zullen rond 12.15 uur weer op school terug zijn.

Donderdag 23 mei 2022:

Sportdag voor de groepen 5 en Facet A

De kinderen hebben deze dag een verplicht continuurooster. We starten de schooldag gewoon om 08.30 uur op school. Ze starten vanuit de eigen groep bij de eigen leerkracht. Samen met de leerkrachten lopen ze gezamenlijk naar "het Heike".

Trek uw kind(eren) sportkleding aan en zorg dat uw kind thuis al het Belhamel T-shirt aantrekt. Zorg dat uw kind een ander T-shirt bij zich heeft om naderhand aan te doen. De Belhamel shirts blijven namelijk op school.

De kinderen nemen een **tussendoortje, eigen lunch en drinkbeker** mee. Bij warm weer is een drinkfles met water en zonnebrandcrème aan te raden. Graag thuis al een keer insmeren! Sluiting van de dag is rond 14.00 uur.

Alle kinderen gaan samen met de leerkrachten **terug naar school en mogen op de normale tijd om 15.00 uur naar huis.**

Vrijdag 23 mei 2022:

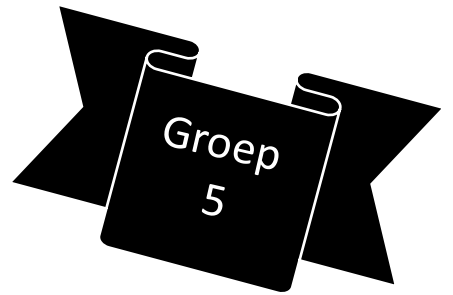
Sportdag voor de groepen 6 en 7

Hier geldt hetzelfde rooster en afspraken als voor de groepen 5 en 6; Inclusief het warm-weer-advies en het meebrengen van een tussendoo lunchpakket & drinkbeker.

U bent natuurlijk van harte welkom om te komen kijken en de kinderen te komen aanmoedigen!!!



Groet meester Jeroen (leerkracht groep 4), Sportcoördinator



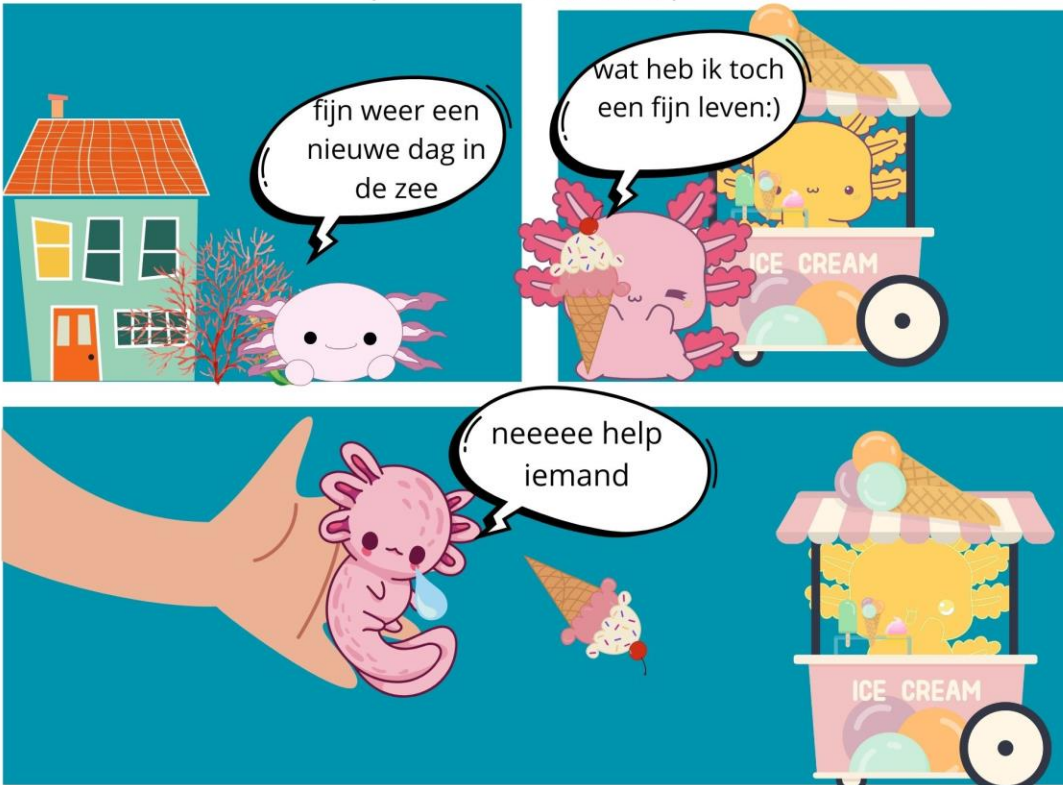
NIEUWS UIT GROEP 5



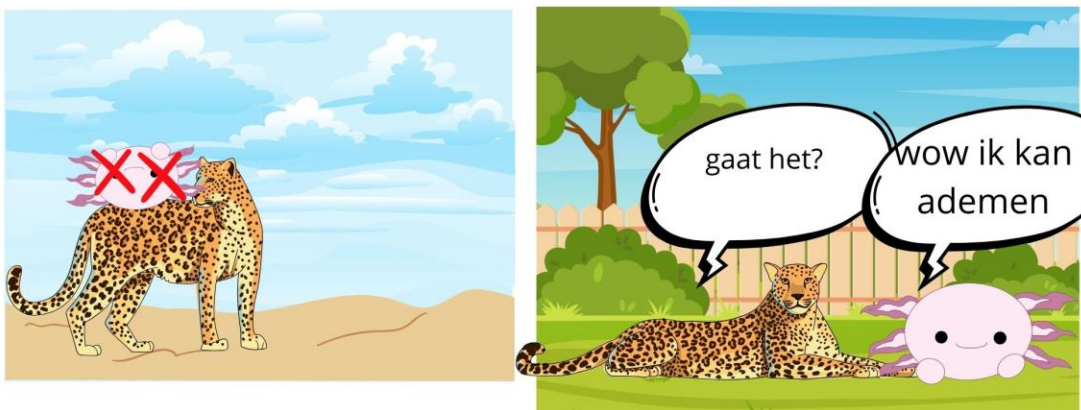
We hebben een leuke, digitale geletterdheid les gehad van juf Helen. De kinderen hebben uitleg gekregen hoe je in Canva een stripverhaal kunt maken. Samen hebben we de leukste twee gekozen. Die van Jack en Jaymin vond vrijwel iedereen het leukst! Helaas is de ruimte beperkt, dus hebben we van ieder stripverhaal twee bladzijdes hier geplaatst. Juf Helen, bedankt voor de leuke les!!!



HET AXOLOTL VERHAAL (DOOR JACK SIPS)



....





Samenvatting /tips vanuit het Koffieurtje rondom opvoeding & media

Op het koffieurtje van 3 april heeft een gesprek plaatsgevonden over media en opvoeding georganiseerd door Mohamed Ait Boussaid van het Centrum Jeugd & Gezin. Er is over verschillende aspecten van opvoeding en media gesproken. Media is niet meer weg te denken uit ons leven. Het heeft veel voordelen, maar er zijn ook risico's. Het is daarom belangrijk om bewust bezig te zijn met media en opvoeding.

Voor diegene die het koffieurtje hebben gemist hebben we hier nog een overzicht van adviezen en links waar je informatie kunt vinden over het onderwerp.

Opvoeding & Media

De meest gestelde vraag over media en opvoeding is hoeveel uur schermtijd per dag normaal en gezond is voor kinderen. Een richtlijn is er niet. Algemene richtlijn is max 2 uur per dag. Als een kind meer tijd achter de computer zit dan gaat dit af van de tijd dat een kind beweegt, andere spellen doet, buiten spelen en samen speelt met anderen. Het is belangrijk dat er balans is. Die balans bestaat uit drie belangrijke pijlers in de ontwikkeling van kinderen.

Slaap

Kinderen in de groei hebben slaap nodig. Basisschoolleerlingen hebben 10 a 12 uur slaap per nacht nodig. Deze slaap is essentieel om te groeien, tot rust te komen en emoties en ervaringen van de dag te verwerken. Schermtijd mag dus nooit ten koste gaan van de nachtrust.

Sport, spel en crea-activiteiten

Beweging en spelen is nodig om gezond te blijven, zowel fysiek als mentaal. Spelen draagt positief bij aan de ontwikkeling van lichaamshouding, motoriek, zintuigen, taal, denken en sociale omgang. Door te spelen maken kinderen zich gebeurtenissen eigen en leren ze belangrijke vaardigheden. Zo krijgen ze meer zelfvertrouwen en leren zij hun talenten ontdekken. Een aantal van deze aspecten wordt natuurlijk ook gestimuleerd wanneer er een spelletje gespeeld wordt op de tablet. Toch zijn die 'offline' ervaringen als basis nog steeds het allerbelangrijkste voor kinderen in de basisschoolleeftijd. Deze tijd krijgen ze immers nooit meer terug. Voor pubers geldt dat alles aan hun lichaam verandert. Juist sport, spel en creativiteit helpt hen in een positieve lichaamsbeleving, het helpt bij het bewustwording en identiteitsvorming. TIP: zorg dat kinderen naast schermtijd, ook voldoende vallen, opstaan, klimmen en klauteren, zich vies maken, knutselen en bouwen.

Sociale contacten:

Contact met anderen is belangrijk, voor ieder mens. Voor kinderen is het belangrijk dat ze in eerste instantie vooral offline oefenen met het aangaan van vriendschappen en te oefenen in 'echte' gesprekken.

Online communiceren is vrij complex.

Door sociale contacten leren kinderen meer over wie zij zelf zijn en hoe zij zich moeten verhouden tot anderen. Ze leren zich in te leven in een ander en ze leren hoe ze conflicten op moeten lossen.

Dat zijn belangrijke vaardigheden om te leren voordat je je in de online wereld begeeft.



Bij basisschoolkinderen is het belangrijk dat je duidelijke regels en grenzen geeft, dat je regelmatig controleert wat ze doen, maar ook dat je ze vragen stelt om hen te laten vertellen wat ze meemaken. Kinderen kunnen zichzelf niet opvoeden: zo is het lastig voor hen om zelf hun schermtijd te beperken, en voor veiligheid te zorgen én hebben ze behoeften aan gesprekken over wat ze online meemaken.

Tip 1:

Stel grenzen en leg deze uit.

Tip 2:

Spreek vaste momenten af. Een voorspelbare dagindeling is belangrijk voor kinderen. Dit soort routines maakt het voor hen makkelijker om zich aan afspraken te houden en om mediagebruik te beperken.

Tip 3:

Spreek vooraf hoe lang je kind media mag gebruiken.

Tip 4:

Liever geen eigen tv of tablet op de slaapkamer. Door de aanwezigheid van een beeldscherm op de kinderslaapkamer neemt de verleiding om deze ook te gebruiken toe. Kinderen zijn dan minder bezig met andere activiteiten zoals spelen, en voor ouders is het lastiger om te overzien wat hun kinderen met de media-apparaten doen en hoeveel tijd ze hieraan besteden.

Tip 5:

Stop ruim voor bedtijd met gamen. Beeldschermgebruik vlak voor het slapen gaan is niet gunstig voor een kind. Vooral spannende programma's met interessante prikkels houden het kind actief, waardoor hij niet de rust vindt om te gaan slapen.

Tip 6:

Vraag je kind hoe zijn/haar online dag is geweest. Vraag naar wat ze online meemaken en blijf in gesprek.

Tip 7:

Praat met uw kind over de balans van het gamen en het gebruik van sociale media.

Tip 8:

Zorg dat je kind niet alleen maar media gebruikt voor vermaak, entertainment en ontspanning, maar ook een deel educatief.

Tip 9:

Weet wie je kind volgt op social media. Welke influencer of YouTuber vindt je kind leuk. Social media heeft invloed op het zelfbeeld van je kind. Mensen vergelijken zichzelf met wat ze zien op social media. Praat met je kind over dat wat het ziet niet altijd is wat het is. Vertel dat mensen in het online leven altijd positiever, mooier en leuker voordoen.

Tip 10:

Let op de zithouding van je kind tijdens mediagebruik

Tip 11:

Beloon positief gedrag.

Veilig gedrag online

Tip 12:

Installeer een internetfilter om te zorgen dat je kind alleen in aanraking komt met leeftijdsadequate media en om grip te houden op mediagebruik van je kind.

Tip 13:

Voorzichtig zijn met persoonsgegevens. Praat met je kinderen om geen persoonlijke gegevens aan onbekenden te geven of online plaatsen.

Tip 14:

Leer je kind om wachtwoorden nooit te delen. Zet de accounts altijd op privé en niet op 'openbaar'.

Tip 15:

Oefen van tevoren met je kind antwoorden, hoe kun je "nee" zeggen.



Veilig gedrag online

Tip 16:

Houd het onderwerp bespreekbaar. Praat met je kind over internet. Veel informatie is beschikbaar en voor iedereen zichtbaar. Online geplaatste info krijg je er niet makkelijk vanaf.

Tip 17:

Maak afspraken over gedragsregels online. Respect en niet pesten. Online gelden net zo goed omgangsregels als offline. Het is belangrijk dat kinderen beleefd zijn, respect tonen voor de gegevens en profielen van andere gebruikers en geen personen pesten of lastig vallen.

Tip 18:

Laat de jongste niet meekijken met de oudste.

Tip 19:

Vertel je kind dat het in vervelende situaties bij je terecht kan.

Tip 20:

Let op bij gebruik van koptelefoon en oortjes bij mediagebruik. Bij veel gebruik en een hoog volume kan dit gevolgen hebben voor het gehoor.

Tip 21:

Leer je

kind dat je je geen foto's of bewerkt en schadelijk materiaal moet doorsturen/verspreiden naar anderen

Tip 22:

Waarschuw je kinderen voor nepnieuws.

Voorbeeldfunctie ouder

Wees u bewust van uw voorbeeldfunctie. Geef zelf het goede voorbeeld.

Geen telefoon bij het eten geldt dus ook voor jou. Wanneer je als ouder zelf veel met media bezig bent, is er minder gelegenheid om met je kind te praten of iets samen te doen.

Tot slot moeten we niet vergeten dat online ook heel leuk kan zijn. Het is daarom belangrijk om te praten over de leuke dingen. Speel een game met je kind, luister samen naar een podcast of maak een filmpje. Dit is namelijk de basis voor al je gesprekken die gaat hebben. Want uiteindelijk is dat wat je wilt, dat je kind weerbaar is online, dat problemen opgelost kunnen worden, dat je kind aardig is naar anderen, dat er balans is tussen online en offline en dat jouw kind naar je toekomt als er hulp nodig is.

Handige websites

Mocht u meer informatie willen over opvoeding en media dan kunt u terecht op onderstaande websites:

www.kijkwijzer.nl : kijk wat geschikt is qua films en games.

www.nji.nl/mediaopvoeding : informatie over media & opvoeding

<https://www.mediawijsheid.nl> Algemene wegwijzer als het gaat om media

<https://www.hoezomediawijs.nl> : site voor jongeren over mediawijsheid

Juf Femke, ondersteuningscoördinator De Belhamel



Buitenlesdag en Week van de schooltuin

Vorige week was het de Week van de schooltuin. De buitenlesdag viel op dinsdag in deze week.

Jaarlijks organiseert IVN de Nationale Buitenlesdag. Ze vieren dat steeds meer leerkrachten buiten les geven, niet alleen op die ene dag, maar het hele jaar door. Buitenlessen leveren veel op voor het leerproces. Uit onderzoeken blijkt dat kinderen die tijdens het leren hun lichaam gebruiken, beter presteren. Bij kinderen is de ontwikkeling van motoriek en cognitie sterk verweven, zo stimuleert beweging de ontwikkeling van de hersenen en kunnen kinderen informatie beter integreren en toepasbaar maken.

Tijdens de buitenlesdag zijn alle groepen weer naar buiten geweest. Vorige week hebben we hulp gehad van meerdere (groot)ouders die het mogelijk maakten dat er veel kinderen naar buiten zijn geweest om te zaaien, te planten en de tuinbedden bij te werken. Heel erg bedankt daarvoor!

We willen de komende periode tot aan de zomervakantie ook weer geregeld in de moestuin aan het werk. Vindt u het leuk om een keer te helpen of een keer mee te kijken wat de leerlingen in de moestuin doen, kom gerust aan. De dinsdagen zijn we bijna altijd in de moestuin.

Hieronder een impressie van de buitenlesdag:



Moestuin nieuws

Vorige week stond onderstaand artikel over de moestuin van onze school in het Valkenswaardse weekblad.

Tijdens de week van de schooltuin hebben we meegedaan aan de wedstrijd 'Het gouden wortelzaadje'. We maakten een filmpje waar iedereen op mocht stemmen. We hebben heel veel stemmen gekregen; dank jullie wel hiervoor! We zijn op de tweede plaats geëindigd. We hebben een mooi *Handboek schooltuinen* gewonnen.

Alle leerlingen van De Belhamel/Het Facet hebben een zonnebloem gezaaid voor de grote Zonnebloemwedstrijd in september. We ontvingen de eerste foto van Lars. Maak een foto van jouw zonnebloem en stuur het naar kattebel@obsdebelhamel.nl die plaatsen we dan in de volgend Kattebel.

Het Jan en Jans Visser Fonds heeft 100 insectenhôtels weggegeven. De Belhamel heeft er vier gekregen die een fijn plekje hebben gekregen in en rondom de moestuin.



Openbare basisschool De Belhamel in Dommelen viert 'De Week van de Schooltuin'

Openbare basisschool De Belhamel in Dommelen, inclusief voltijdsvoorziening voor hoogbegaafde kinderen Het Facet, neemt van 8 tot en met 12 april deel aan 'De Week van de Schooltuin'. De school zet dan de schijnwerpers op het belang en het plezier van schooltuinieren.

VALKENSWAARD // REDACTIE

Het schooltuinieren draagt bij aan de ontwikkeling van het kind, het leren, het samenwerken en gezond leren eten. Want in de moestuin van school leren kinderen met hun hoofd, hart en handen. Naast rekenen en taal is er op De Belhamel veel aandacht voor burgerschap. Leerlingen leren over zichzelf, hun relatie met anderen en hun omgeving. Een van de kernwaarden van de school is betrokkenheid. "Samen zijn we gemotiveerd om vanuit aandacht, nieuwsgierigheid, interesse, passie en optimisme de verbinding met elkaar aan te gaan. En dat is precies wat er gebeurt als leerlingen in de moestuin bezig zijn", meldt de school.

Ook kinderen die naar de buitenschoolse opvang IK-00K gaan, hebben een eigen moestuinbed en daarmee versterkt de opvang het onderwijs en krijgt ook de gedachte van een integraal kind-centrum (IKC) zijn steeds meer gestalte. De leerlingen krijgen in een rijke speel- en leeromgeving zoveel mogelijk ontwikkelkansen.

Iedereen is van harte welkom om eens een kijkje te komen nemen in de moestuin. Je kunt de school vinden aan het Ruldolfusdal op nummer 60 in Dommelen.

Jan en Jans Visser Fonds geeft gratis 100 insectenhôtels weg

VALKENSWAARD - Vorig jaar heeft het JJVF ter herinnering aan de naamgevers van het fonds in de gemeente Valkenswaard 100 vogelnestkastjes gratis ter beschikking gesteld om haar doelstelling te bereiken. Dit jaar geeft het JJVF 100 insectenhôtels weg aan de inwoners van Valkenswaard.

Zoals u wellicht weet gaat het niet goed met de insectenstand in Nederland. Zij zijn hard nodig voor onder andere het bestuiven van planten en als voedsel voor vogels en andere dieren.

Bent u inwoner van de gemeente Valkenswaard dan kunt u zo'n gratis insectenhotel bestellen bij het secretariaat van het fonds. Eén exemplaar per adres: dejongcfj@gmail.com onder vermelding van uw naam. U kunt zich aanmelden tot 6 april. Wie het eerst komt, het eerst maalt. Op=op!



De zonnebloem van Lars



Ingekomen berichten



TIP VAN DE MAAND

Emoties

Emoties zijn gevoelens die een kind heeft in bepaalde situaties. Denk hierbij aan bang, boos, blij, verdrietig, jaloers, teleurgesteld of gefrustreerd. Deze gevoelens gaan vaak gepaard met een lichamelijke reactie zoals gezichtsuitdrukking en gedrag.



Omgaan met emoties

Voorbeeldfiguur

In de jonge jaren van het kind kijkt het kind naar zijn ouder/opvoeder om te kijken hoe diegene omgaat met emoties. Als ouder zijnde ben je een voorbeeldfiguur voor je kind.

Tip: kijk eens hoe je zelf omgaat met emoties, als je je daarvan bewust bent kun je je kind beter helpen.

Kinderen hebben een stimulerende omgeving nodig om vaardigheden te ontwikkelen. Dit geldt niet alleen thuis, maar ook op andere plekken waar kinderen veel tijd doorbrengen.

Emotionele ontwikkeling

Jonge kinderen kunnen hun emoties nog niet goed reguleren. Denk hierbij aan de huilende peuter op de grond van een supermarkt. De peuter is driftig en zijn brein is nog onvoldoende ontwikkeld om de eigen emoties te begrijpen, uiten en controleren. De hersenen van een 12-jarig kind zijn veel verder ontwikkeld, waardoor je die niet snel huilend op de grond ziet liggen in de supermarkt. De 12-jarige kan de gevoelens onder woorden brengen en heeft meer controle over de emoties.

De ontwikkeling van basisschool kinderen is voortdurend in ontwikkeling, zo ook de emotionele ontwikkeling. Er zijn verschillende factoren die invloed hebben op emoties reguleren. Bijvoorbeeld: de rijping van het zenuwstelsel, de cognitieve ontwikkeling van het kind, de taalontwikkeling van het kind, welk voorbeeld krijgt het kind van zijn omgeving? En tot slot: welke ervaringen heeft het kind al opgedaan rondom emoties?

Gevoelens herkennen

Luister goed naar je kind, zodat je de gevoelens kan herkennen en begrijpen. Zeg bijvoorbeeld: "ik begrijp dat je boos bent op je vriendje omdat hij je duwde".

Sprek gevoelens uit voor je kind als je kind dat zelf niet kan. Soms weet een kind niet of het nou boos, verdrietig of bang was in een bepaalde situatie. Probeer de gevoelens van het kind te herkennen én niet te ontkennen zoals: "stel je niet zo aan, niet huilen of niet verdrietig zijn".

Wist je dat?

- Het Centrum Jeugd en Gezin SOVA (sociale vaardigheidstrainingen) aanbiedt? Deze trainingen worden gegeven in de Hofnar en hier zijn geen kosten aan verbonden. Voor meer informatie kunt u terecht op de website van gemeente Valkenswaard.
- Er verschillende (in)vuil)boeken zijn rondom het thema emoties? Bijvoorbeeld: Draakje Vurig.

Vragen over opvoeden of meer weten over het CJG Valkenswaard?

Kijk dan op:

<https://www.valkenswaard.nl/jeugd-en-gezin>

Of bel op werkdagen naar 040 2083444



centrum voor
jeugd en gezin

Cranendonck, Heeze-Leende, Valkenswaard



KIES (Kinderen In Echtscheiding Situaties) start nieuwe training!

Na de succesvolle **KIES (Kinderen In Echtscheiding Situaties)** spel-praatgroepen van de afgelopen jaren ga ik (Yvonne, gespecialiseerde KIES-coach), in samenwerking met de gemeente Valkenswaard, het Sociaal Team/CJG, de GGD, leerkrachten en andere professionals dit voorjaar opnieuw van start met een spel- en praatgroep voor Kinderen In Echtscheiding Situaties.

Waar ouders tijdens de scheiding goed voor zichzelf zorgen door ondersteuning van bijvoorbeeld een mediator, advocaat of psycholoog, wordt over de kinderen nogal eens gezegd dat ze flexibel zijn of dat het wel 'goed' gaat met ze. Helaas blijkt steeds vaker dat kinderen, zeker ook op de langere termijn of bij een goed verlopen scheiding, 'last' hebben van de scheiding en alles wat daarbij komt kijken. Zij moeten mee in de keuze die hun ouders maken en alle veranderingen die dat met zich meebrengt. **KIES** helpt en geeft ze de mogelijkheid hier beter mee om te gaan, een buitenkans dus!

Deelname is mogelijk na toestemming van beide ouders (wanneer beiden gezag hebben)

KIES groep voor kinderen van 6-12 jaar.

Het KIES programma bestaat uit zes tot acht wekelijkse groepsbijeenkomsten van een uur. Onder professionele begeleiding van een of twee KIES-coaches gaan we aan de hand van verschillende werkvormen (bijvoorbeeld tekenen, spel, toneel, schrijven, praten) aan het werk en in gesprek met elkaar. In de veilige besloten sfeer van deze groep kunnen kinderen op speelse wijze hun ervaringen met de scheiding delen en leren dat zij hun eigen vragen, gevoelens, gedachten, behoeften hebben en deze mogen uiten. Op deze manier worden de kinderen begeleid in hun verwerkingsproces. KIES helpt kinderen zichzelf en de scheiding beter te leren begrijpen en beter te leren omgaan met wat voor hen moeilijk is. Daarnaast vinden de kinderen veel (h)erkenning bij elkaar, ze ervaren dat al die gevoelens zo gek nog niet zijn, dat ze niet de enige zijn in deze situatie en dat ze ook voor elkaar veel kunnen betekenen.

Het doel van de groep is dat kinderen de (gebeurtenissen rondom de) scheiding een plaats kunnen geven en beter in hun vel komen te zitten.

KIES is uitdrukkelijk óók voor kinderen waarbij de scheiding goed verlopen is, ook voor hen is extra aandacht (al dan niet preventief) waardevol en ten zeerste aan te raden.

Voorafgaand aan de KIES groep is er voor ouders en deelnemend(e) kind(eren) een (digitale) intake en de laatste bijeenkomst is een evaluatiebijeenkomst samen met ouders en de kinderen. De bijeenkomsten vinden plaats op één van de basisscholen van Valkenswaard of bij de Hofnar.

Indien de groepstraining niet passend is of de vraag specifieker dan is individuele coaching ook mogelijk. Informatie hierover is verkrijgbaar via het Sociaal Team/CJG of de KIEScoach.

Aan de training zelf zijn geen kosten verbonden!

Er zijn nog enkele plaatsen vrij dus opgeven kan nog, graag **uiterlijk 19 april 2024** via het aanmeldformulier (verkrijgbaar op de school van uw kind) of via info@kies2coach.nl / 06 49308655 (Yvonne Aerts)



Kies

Kinderen In Echtscheiding Situatie Professionele hulp bij scheiding

KIES is een preventief hulpprogramma, ontwikkeld voor en vanuit de behoefte van het kind met gescheiden ouders. Kies2coach zet dit programma effectief in. **KIES** kent verschillende programma's van voorlichting en begeleiding, in verschillende stadia, voor kinderen en ouders. Kinderen zijn daarbij de belangrijkste doelgroep. Ze leren op te komen voor zichzelf, hun emoties te uiten en duidelijk te communiceren met hun ouders en anderen. Kinderen leren te kiezen voor zichzelf. **KIES** leert kinderen en ouders de scheiding en elkaar beter te begrijpen, te verwoorden wat de scheiding voor hen betekent en hun vragen en angsten te uiten. Het programma draagt bij aan een gedragsverandering van kind en ouder en aan een positief zelfbeeld, zelfvertrouwen en manieren om gevoelens te uiten in een veilige sfeer. Bij kies2coach staat ieders **persoonlijke verhaal** voorop. **Hulp wordt op maat geboden.**

Gevolgen scheiding;

KIES besteedt aandacht aan de belangrijkste gevolgen die impact hebben op kinderen en ouders gedurende de scheiding. Bijvoorbeeld;

- Verstoorde communicatie
- Emoties
- Concentratie en leren
- Gedrag
- Veranderingen
- Omgangsregelingen
- Gewijzigde invloed beide ouders
- Nieuwe partners
- Nieuw samengestelde gezinnen
- Familie



"Als ik bij papa ben, dan mis ik mama. En als ik bij mama ben dan mis ik papa."



Voor meer informatie of aanmelding kunt u contact opnemen met KIES Coach Yvonne Aerts
☎ 06 49308655 | ✉ info@kies2coach.nl | 🌐 www.kies2coach.nl