

gemeente **Goeree-  
Overflakkee**



# **Trainingen op Goeree-Overflakkee**

Versie: 2021

## Inhoudsopgave

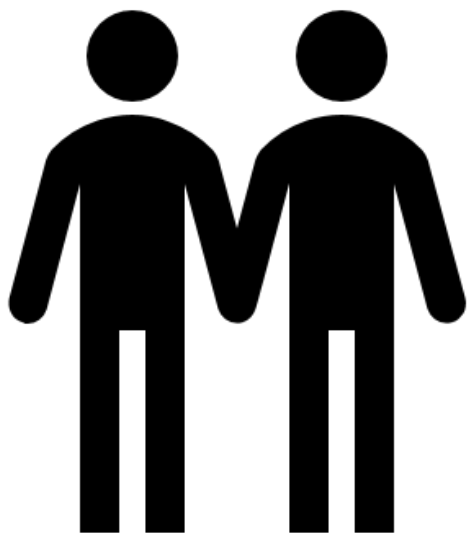
|                                                                                                 |    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| • <b><u>Ouderschap</u></b><br><i>Puberbrein</i>                                                 | 4  |
| • <b><u>Relaties</u></b><br><i>Houd me vast</i>                                                 | 6  |
| • <b><u>Echtscheiding</u></b><br><i>KIES training</i>                                           | 8  |
| <i>Ouderschap blijft</i>                                                                        | 9  |
| • <b><u>Sociale vaardigheden voor kinderen</u></b><br><i>Vriendentraining</i>                   | 11 |
| <i>Rots en water</i>                                                                            | 12 |
| <i>Let's talk</i>                                                                               | 13 |
| <i>Sova groep 4-5</i>                                                                           | 14 |
| <i>SOVA groep 6-7-8</i>                                                                         | 15 |
| <i>ASS naar VO cursus</i>                                                                       | 16 |
| <i>Brusjes</i>                                                                                  | 17 |
| <i>KOPP training</i>                                                                            | 18 |
| <i>TOM training</i>                                                                             | 19 |
| <i>Psychomotorische groepstherapie (PMT)</i>                                                    | 20 |
| • <b><u>Sociale vaardigheden voor volwassenen</u></b><br><i>Assertiviteitstraining</i>          | 22 |
| • <b><u>Rouwverwerking</u></b><br><i>Lotgenotengroep: Rouw voor jongeren van 12 t/m 16 jaar</i> | 24 |
| <i>Lotgenotengroep: Rouw bij volwassenen</i>                                                    | 25 |
| • <b><u>Seksuele ontwikkeling</u></b><br><i>Seksuele voorlichting VO3</i>                       | 27 |
| • <b><u>Verslaving</u></b><br><i>Mensen zoals jij en ik</i>                                     | 29 |
| <i>Ondersteuningsavonden</i>                                                                    | 30 |
| • <b><u>Gezondheid</u></b><br><i>Happy &amp; Healthy</i>                                        | 32 |

# Ouderschap



|                                      |                                                                               |
|--------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Naam van de training:</b>         | Puberbrein                                                                    |
| <b>Doelstelling van de training:</b> | Ouders informeren over de ontwikkeling en het opvoeden van hun pubers.        |
| <b>Doelgroep:</b>                    | Ouders van pubers.                                                            |
| <b>Aantal bijeenkomsten:</b>         | 1 bijeenkomst                                                                 |
| <b>Duur:</b>                         |                                                                               |
| <b>Frequentie:</b>                   |                                                                               |
| <b>Groep of individueel:</b>         | Groep                                                                         |
| <b>Kosten:</b>                       | Geen                                                                          |
| <b>Organisatie:</b>                  | CJG                                                                           |
| <b>Aanmelding via:</b>               | CJG; <a href="mailto:r.de.zoete@cigrijnmond.nl">r.de.zoete@cigrijnmond.nl</a> |
| <b>Aanvullende informatie:</b>       |                                                                               |

# Relaties



|                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|--------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Naam van de training:</b>         | Houd me vast                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Doelstelling van de training:</b> | De cursus Houd me vast is de cursus om je (partner)relatie te verbeteren. Je vermindert ruzies en krijgt meer begrip voor elkaar. Door het volgen van de cursus ontstaan bij de meeste deelnemers een diepere emotionele binding met elkaar. Je leert anders te kijken naar patronen in je relatie, negatieve patronen te stoppen en de onderliggende emoties en behoefte te herkennen. Hiermee breng je meer liefde in je relatie, een cadeau voor elkaar en je kinderen! Houd me vast is 'EFT-light', een lichte vorm van EFT- therapie. Je gaat actief aan de slag met het boek en met gespreks oefeningen. |
| <b>Doelgroep:</b>                    | Mensen met een relatie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Aantal bijeenkomsten:</b>         | 8 bijeenkomsten                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Duur:</b>                         | 2 lesuur                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Frequentie:</b>                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Groep of individueel:</b>         | Groep                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>Kosten:</b>                       | Kosten van het boek €44,-                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Organisatie:</b>                  | Kwadraad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Aanmelding via:</b>               | Kwadraad of SMW<br>088-900400 of via<br><a href="mailto:bureaudienst.goereeoverflakkee@kwadraad.nl">bureaudienst.goereeoverflakkee@kwadraad.nl</a>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>Aanvullende informatie:</b>       | <a href="http://www.kwadraad.nl">www.kwadraad.nl</a>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |

# Echtscheiding



|                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|--------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Naam van de training:</b>         | KIES training                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>Doelstelling van de training:</b> | Tijdens deze spel- en praatgroep leren kinderen de scheiding van hun ouders beter te begrijpen. Ze verwoorden wat de scheiding voor hen betekent en leren hun vragen en angsten te uiten. Door te communiceren met 'ik-boodschappen' kunnen ze gemakkelijker omgaan met conflicten. Zo ontstaat een gedragsverandering: kinderen krijgen een positiever zelfbeeld en meer zelfvertrouwen. |
| <b>Doelgroep:</b>                    | Deze training is voor kinderen van groep 4 tot en met 8 van de basisschool. Beide ouders moeten toestemming geven voor deelname.                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>Aantal bijeenkomsten:</b>         | 8 bijeenkomsten                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Duur:</b>                         | 1 lesuur                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Frequentie:</b>                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Groep of individueel:</b>         | Groep                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Kosten:</b>                       | Geen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Organisatie:</b>                  | Kwadraad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Aanmelding via:</b>               | Kwadraad of SMW<br>088-900400 of via<br><a href="mailto:bureaudienst.goereeoverflakkee@kwadraad.nl">bureaudienst.goereeoverflakkee@kwadraad.nl</a>                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>Aanvullende informatie:</b>       | <a href="http://www.kwadraad.nl">www.kwadraad.nl</a>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |

|                                      |                                                                                                                                                             |
|--------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Naam van de training:</b>         | Ouderschap blijft                                                                                                                                           |
| <b>Doelstelling van de training:</b> | De communicatie tussen ouders te verbeteren en om te komen tot goede afspraken over de zorg en opvoeding waarbij het belang van het kind centraal staat.    |
| <b>Doelgroep:</b>                    | Gescheiden ouders of ouders die gaan scheiden                                                                                                               |
| <b>Aantal bijeenkomsten:</b>         | Niet gebonden aan aantal (minimaal 5), afhankelijk van wat nodig is.                                                                                        |
| <b>Wanneer:</b>                      | Als het niet meer mogelijk is om goed met elkaar te communiceren t.b.v. de kinderen.                                                                        |
| <b>Duur:</b>                         | --                                                                                                                                                          |
| <b>Frequentie:</b>                   | wekelijks/tweewekelijks                                                                                                                                     |
| <b>Groep of individueel:</b>         | 2 ouders 2 begeleiders                                                                                                                                      |
| <b>Kosten:</b>                       | geen                                                                                                                                                        |
| <b>Organisatie:</b>                  | Kwadraad                                                                                                                                                    |
| <b>Aanmelding via:</b>               | <a href="http://www.kwadraad.nl">www.kwadraad.nl</a> online aanmelden<br>e-mail:<br>bureaudienst.goereeoverflakkee@kwadraad.nl<br>Telefonisch: 088 900 4000 |
| <b>Aanvullende informatie:</b>       | --                                                                                                                                                          |
| <b>Verwachtesresultaat:</b>          | Dat ouders gezamenlijk invulling kunnen geven aan het ouderschap.                                                                                           |

# Sociale Vaardigheden voor kinderen



|                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|--------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Naam van de training:</b>         | Vriendentraining                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>Doelstelling van de training:</b> | Een training waar kinderen leren niet helpende (negatieve) gedachten om te zetten naar helpende (reële, positieve) gedachten. Kinderen leren ook lichamelijke signalen hierbij te herkennen en een ontspannen/rustige houding aan te nemen. (Preventie van angst en depressie) |
| <b>Doelgroep:</b>                    | Kinderen in de leeftijd van 9-12 jaar (groep 6 t/m 8)                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>Aantal bijeenkomsten:</b>         | 8 bijeenkomsten                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Duur:</b>                         | 1 lesuur                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Frequentie:</b>                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Groep of individueel:</b>         | Groep                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>Kosten:</b>                       | € 22,50                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>Organisatie:</b>                  | Kwadraad                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Aanmelding via:</b>               | Kwadraad of SMW<br>088-900400 of via<br><a href="mailto:bureaudienst.goereeoeverflakkee@kwadraad.nl">bureaudienst.goereeoeverflakkee@kwadraad.nl</a>                                                                                                                           |
| <b>Aanvullende informatie:</b>       | <a href="http://www.kwadraad.nl">www.kwadraad.nl</a>                                                                                                                                                                                                                           |

|                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|--------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Naam van de training:</b>         | Rots en Water                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>Doelstelling van de training:</b> | Een weerbaarheidsprogramma waarin kinderen leren om op een psycho-fysieke manier voor zichzelf op te komen, ondersteund door korte groepsgesprekken. Kinderen ondervinden aan den lijve hoe het voelt om stevig te staan en ontspannen te zijn. Daarnaast leren ze hoe je bijvoorbeeld op anderen overkomt wanneer je gespannen of onzeker bent. Kinderen leren om op een adequate manier te reageren als ze in een conflict terecht komen. |
| <b>Doelgroep:</b>                    | Kinderen in de leeftijd van 9-12 jaar (groep 6 t/m 8)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Aantal bijeenkomsten:</b>         | 8 bijeenkomsten                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>Duur:</b>                         | 1 lesuur                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Frequentie:</b>                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>Groep of individueel:</b>         | Groep                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Kosten:</b>                       | Geen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>Organisatie:</b>                  | Kwadraad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Aanmelding via:</b>               | Kwadraad of SMW<br>088-900400 of via<br><a href="mailto:bureaudienst.goereeoverflakkee@kwadraad.nl">bureaudienst.goereeoverflakkee@kwadraad.nl</a>                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>Aanvullende informatie:</b>       | <a href="http://www.kwadraad.nl">www.kwadraad.nl</a>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |

|                                      |                                                                                                                               |
|--------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Naam van de training:</b>         | Lets Talk                                                                                                                     |
| <b>Doelstelling van de training:</b> | Het versterken van het zelfvertrouwen en vergroten van eigenwaarde.                                                           |
| <b>Doelgroep:</b>                    | Jongeren in de leeftijd van 12-18 jaar                                                                                        |
| <b>Aantal bijeenkomsten:</b>         | 8 bijeenkomsten                                                                                                               |
| <b>Duur:</b>                         | 1 lesuur                                                                                                                      |
| <b>Frequentie:</b>                   |                                                                                                                               |
| <b>Groep of individueel:</b>         | Groep                                                                                                                         |
| <b>Kosten:</b>                       | Geen                                                                                                                          |
| <b>Organisatie:</b>                  | St. Zijn                                                                                                                      |
| <b>Aanmelding via:</b>               | St. Zijn; h.stam@zijngo.nl of 0620035128                                                                                      |
| <b>Aanvullende informatie:</b>       | <a href="http://zijngo.nl/jongerenwerkgo/wat-doen-wij/trainingen">http://zijngo.nl/jongerenwerkgo/wat-doen-wij/trainingen</a> |

|                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|--------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Naam van de training:</b>         | SOVA groep 4-5                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>Doelstelling van de training:</b> | Aanleren/oefenen basis sociale vaardigheden.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Doelgroep:</b>                    | groep 4-5                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Aantal bijeenkomsten:</b>         | 8-10 bijeenkomsten                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>Duur:</b>                         | 1 lesuur                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Frequentie:</b>                   | 9 bijeenkomsten                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Groep of individueel:</b>         | Groep                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>Kosten:</b>                       | €17,50                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Organisatie:</b>                  | Kwadraad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Aanmelding via:</b>               | Kwadraad of SMW                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Aanvullende informatie:</b>       | <p>Tijdens indicatiegesprek wordt wel besproken of deze training passend is of dat SoVa+ of Tom training (JOT) meer geschikt is. En bekeken of Vriendentraining of Rots &amp; Water (SMW) wellicht meer geschikt is.</p> <p>Kinderen leren omgaan met hun eigen gedrag en goed opkomen voor zichzelf. Ze krijgen oefeningen om vertrouwen te krijgen in zichzelf. Samen met anderen gaan ze naar oplossingen zoeken. Ze leren wat ze kunnen doen als ze iets niet willen. En wat daarbij belangrijk is. Kinderen leren we spelenderwijs Bewust worden hoe hun gedrag werkt en hoe ze dat kunnen veranderen. Door naar zichzelf en naar anderen te kijken</p> <p>Tijdens de training doen de kinderen opdrachten en spelletjes om te oefenen met verschillende onderwerpen. Bijvoorbeeld:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grenzen stellen en 'nee' zeggen.</li> <li>• Opkomen voor zichzelf zonder agressief te zijn.</li> <li>• Tips hoe ze kunnen zeggen wat ze van iets of iemand vinden.</li> <li>• Hun eigenwaarde vergroten.</li> <li>• Zich inleven in een ander</li> </ul> |

|                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|--------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Naam van de training:</b>         | SOVA groep 6-7-8                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>Doelstelling van de training:</b> | Aanleren/oefenen basis sociale vaardigheden.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Doelgroep:</b>                    | groep 6-7-8                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Aantal bijeenkomsten:</b>         | 8 bijeenkomsten                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Duur:</b>                         | 1 lesuur                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Frequentie:</b>                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Groep of individueel:</b>         | Groep                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>Kosten:</b>                       | Geen; behalve aanschaf werkboek "De ander en ik" ong. 20 euro.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>Organisatie:</b>                  | Kwadraad en CJG                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Aanmelding via:</b>               | Kwadraad of SMW                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Aanvullende informatie:</b>       | <p>Tijdens indicatiegesprek wordt wel besproken of deze training passend is of dat SoVa+ of Tom training (JOT) meer geschikt is. En bekeken of Vriendentraining of Rots &amp; Water (SMW) wellicht meer geschikt is.</p> <p>Het is belangrijk om in onze samenleving op je eigen benen te kunnen staan. Soms is het lastig om je goed te verweren en voor jezelf op te komen. Op school en straat kunnen er regelmatig dingen gebeuren waarin je kind niet goed weet hoe het moet reageren of niet durft te reageren. Dan kan het misschien handig zijn om te oefenen met enkele lastige situaties. Hiermee leert je kind het zelfvertrouwen te vergroten.</p> <p>Na het volgen van de cursus kan het kind:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Makkelijker contact leggen met anderen</li> <li>• Beter omgaan met lastige situaties</li> <li>• Beter voor zichzelf opkomen</li> </ul> <p>De vaardigheden die tijdens de cursus worden behandeld zijn:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kennismaken en contact leggen</li> <li>• Luisteren en een praatje beginnen</li> <li>• Iets vragen en 'nee' zeggen</li> <li>• Omgaan met gevoel en het uiten van emoties</li> <li>• Kritiek geven en krijgen</li> <li>• Afscheid nemen</li> <li>• Omgaan met pestgedrag</li> </ul> |

|                                      |                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Naam van de training:</b>         | ASS naar VO cursus                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Doelstelling van de training:</b> | Kinderen met een stoornis in het autistisch spectrum (of duidelijke vermoedens) voorbereiden op de overgang naar het voortgezet onderwijs.                                                                                           |
| <b>Doelgroep:</b>                    | Kinderen met ASS die nu in groep 8 zitten, die vaak angstig of onzeker zijn over de komende verandering naar het voortgezet onderwijs en die gebaat zijn bij het praten over en bezig zijn met de verandering die eraan zit te komen |
| <b>Aantal bijeenkomsten:</b>         |                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Duur:</b>                         |                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Frequentie:</b>                   |                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Groep of individueel:</b>         | Groep                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Kosten:</b>                       | Geen                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>Organisatie:</b>                  | Team Jeugd en Gezin/YOUZ                                                                                                                                                                                                             |
| <b>Aanmelding via:</b>               | Team Jeugd en Gezin                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Aanvullende informatie:</b>       |                                                                                                                                                                                                                                      |

|                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|--------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Naam van de training:</b>         | Brusjes                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Doelstelling van de training:</b> | Voor kinderen die in de thuissituatie last hebben van/of moeite hebben met het gedrag van een broer of zus met psychische problematiek en graag willen leren hoe zij hiermee om kunnen gaan. De kinderen ontmoeten in de training lotgenoten, ze leren van elkaar, krijgen begrip en erkenning en ontdekken hoe zij zich beter staande kunnen houden binnen het gezin. Maar ook leren ze tijdens deze training om aandacht voor zichzelf te vragen, op te komen voor zichzelf, ervaringen te delen, elkaar te helpen en een klein stukje psycho-educatie over de diagnose van hun broer/zus. |
| <b>Doelgroep:</b>                    | Deze training is voor kinderen van +/- 6 jaar tot +/- 12 jaar en is bedoeld voor broertjes en zusjes van kinderen met een diagnose of een handicap.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>Wanneer:</b>                      | Voorjaar en najaar 2022                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Aantal bijeenkomsten:</b>         | De training bestaat uit 6 bijeenkomsten.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Duur:</b>                         | 1,5 uur per bijeenkomst.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Frequentie:</b>                   | 1 keer per week.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>Groep of individueel:</b>         | Groep                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>Kosten:</b>                       | Geen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Organisatie:</b>                  | Youz Kinder- en jeugdpsychiatrie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>Aanmelding via:</b>               | Aanmeldformulier verkrijgbaar bij team jeugd en gezin.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Aanvullende informatie:</b>       | Indien er vragen of onduidelijkheden zijn dan kunt u een mail sturen naar:<br><a href="mailto:middelharnis@youz.nl">middelharnis@youz.nl</a>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

|                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|--------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Naam van de training:</b>         | KOPP- training (Doe-Praatgroep)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Doelstelling van de training:</b> | Voor kinderen die in de thuissituatie een ouder(s) hebben met psychische en/ of verslavingsproblematiek en graag willen leren hoe zij hiermee om kunnen gaan. De kinderen ontmoeten in de training lotgenoten, ze leren van elkaar, krijgen begrip en erkenning en ontdekken hoe zij zich beter staande kunnen houden binnen het gezin. Maar ook leren ze tijdens deze training om aandacht voor zichzelf te vragen, op te komen voor zichzelf, ervaringen te delen, elkaar te helpen en een klein stukje (algemene) psycho-educatie over de diagnose van hun ouder(s). |
| <b>Doelgroep:</b>                    | 8– 12 jaar                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Aantal bijeenkomsten:</b>         | 8 trainingsbijeenkomsten in groepsverband, daarnaast vooraf intake met ouder en kind en een ouderbijeenkomst na afloop van de training                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Wanneer:</b>                      | dinsdag 8 maart 2022 van 15.30 tot 17.00 uur.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Duur:</b>                         | 1,5 uur per bijeenkomst                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>Frequentie:</b>                   | 2x per jaar (voorjaar en najaar)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>Groep of individueel:</b>         | groep                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Kosten:</b>                       | geen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Organisatie:</b>                  | Youz Kinder- en jeugdpsychiatrie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>Aanmelding via:</b>               | aanmeldformulier                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>Aanvullende informatie:</b>       | Indien er vragen of onduidelijkheden zijn dan kunt u een mail sturen naar <a href="mailto:middelharnis@youz.nl">middelharnis@youz.nl</a> .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |

|                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|--------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Naam van de training:</b>         | TOM training                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>Doelstelling van de training:</b> | Kinderen met een stoornis in het autistisch spectrum (of duidelijke vermoedens) in een groep laten oefenen met sociale vaardigheden.                                                                                                                                                  |
| <b>Doelgroep:</b>                    | Kinderen in de leeftijd van 8 tot en met 13 jaar met een stoornis in het autistisch spectrum (of duidelijke vermoedens), die moeite hebben met het begrijpen van en reageren op emoties en anderen en kinderen die als gevolg daarvan angstig of agressief zijn in sociale situaties. |
| <b>Aantal bijeenkomsten:</b>         |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Duur:</b>                         | 1 lesuur                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Frequentie:</b>                   | 1 keer per 2 weken.                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Groep of individueel:</b>         | Groep                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>Kosten:</b>                       | Geen                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Organisatie:</b>                  | Team Jeugd en Gezin/YOUZ                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Aanmelding via:</b>               | Team Jeugd en Gezin                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Aanvullende informatie:</b>       |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |

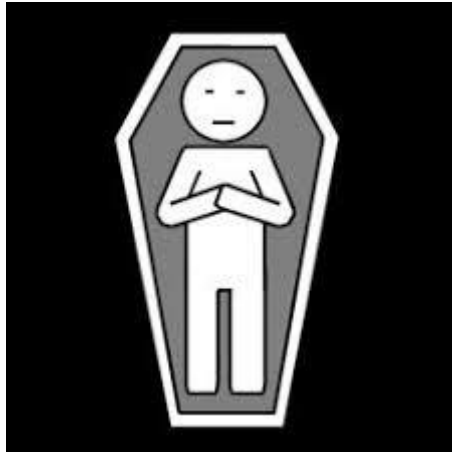
|                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|--------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Naam van de training:</b>         | Psychomotorische groepstherapie (PMT).                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Omschrijving</b>                  | PMT is een non-verbale therapie; niet het praten staat centraal maar het bewegen, beleven en ervaren. In de PMT Behandelgroep wordt er op een methodische wijze stilgestaan bij o.a. lichaamssignalen, emoties, gedachten en (bewegings-)gedrag. De werkvormen, oefeningen en opdrachten die aangeboden worden sluiten aan bij de individuele doelen. Binnen de PMT kunnen (nieuwe) mogelijkheden worden ontdekt en geoefend.                                                                       |
| <b>Doelstelling van de training:</b> | Het doel van deze is therapie groep is tweeledig: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kortdurend behandelen in een gestructureerd kader, met concrete behandeldoelen. Hierbij kan gedacht worden aan: vergroten weerbaarheid, emotieregulatie, impulsregulatie, zelfvertrouwen vergroten, sociale vaardigheden etc.</li> <li>• Het verzamelen van informatie en/of het uitbrengen van een advies, welke gebruikt kan worden voor verdere individuele behandeling en/of diagnostiek.</li> </ul> |
| <b>Doelgroep:</b>                    | Op basis van informatie, vraag en aanbod wordt de PMT-groep samengesteld, waarin kinderen/jongeren in een veilige en passende groep kunnen werken aan hun individuele doelen. Hierin staat van elkaar leren en samen oefenen centraal.                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Aantal bijeenkomsten:</b>         | Bij de groepstherapie wordt uitgegaan van gemiddeld 10 behandelsessies.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>Duur:</b>                         | Behandelsessie duurt één uur.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Frequentie:</b>                   | De frequentie is afhankelijk van de vraag en de doelgroep. Uitzonderd vakanties en feestdagen.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Groep of individueel:</b>         | Groep.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Kosten:</b>                       | De beschikking komt vanuit de gemeente, of een andere geschikte financieringsstroom.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Organisatie:</b>                  | Zuidwester en Enver.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Aanmelding via:</b>               | Team jeugd en gezin, gemeente Goeree-Overflakkee.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Aanvullende informatie:</b>       | De groepstherapie kan plaats vinden op locatie Zuidwester Middelharnis of op een school.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |

# Sociale Vaardigheden voor volwassenen



|                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|--------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Naam van de training:</b>         | Assertiviteitstraining                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Doelstelling van de training:</b> | Een training die leert hoe je op een goede manier duidelijk kunt maken naar anderen toe wat jouw eigen wensen, mening en behoeften zijn. Dit alles zonder je onzeker of schuldig te voelen, respectvol naar jezelf en naar de ander. Je leert jouw communicatieve vaardigheden te versterken, weten en leren aangeven van grenzen en het leren omgaan met conflicten. |
| <b>Doelgroep:</b>                    | Volwassenen van 18 jaar                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>Aantal bijeenkomsten:</b>         | 5 bijeenkomsten                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Duur:</b>                         | 2 uur                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>Frequentie:</b>                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Groep of individueel:</b>         | Groep                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>Kosten:</b>                       | Geen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Organisatie:</b>                  | Kwadraad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Aanmelding via:</b>               | Kwadraad of SMW<br>088-900400 of via<br><a href="mailto:bureaudienst.goereeoeverflakkee@kwadraad.nl">bureaudienst.goereeoeverflakkee@kwadraad.nl</a>                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Aanvullende informatie:</b>       | <a href="http://www.kwadraad.nl">www.kwadraad.nl</a>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |

# Rouwverwerking



|                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|--------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Naam van de training:</b>         | Lotgenotengroep: Rouw voor jongeren van 12 t/m 16 jaar.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>Doelstelling van de training:</b> | Het zijn bijeenkomsten waarin wordt gesproken over thema's welke betrekking hebben op rouw die door de jongeren zelf worden aangedragen. Er wordt gewerkt volgens een vast patroon, zoals; een welkomstrondje, bespreken van de afgelopen week, behandelen dan een thema, pauze, verder met het thema en een afronding. Er is gelegenheid om zich even terug te trekken uit de groep als het teveel wordt. Er wordt gewerkt met spelmateriaal en met hulpkaartjes. |
| <b>Doelgroep:</b>                    | Jongeren in de leeftijd van 12 tot 16 jaar die te maken hebben met het verlies van een dierbare, samen praten we aan de hand van thema's of met behulp van een speciaal spel over gemeenschappelijke ervaringen en gevoelens. De groep wordt door twee maatschappelijk werkers begeleid.                                                                                                                                                                           |
| <b>Aantal bijeenkomsten:</b>         | 5 bijeenkomsten                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Duur:</b>                         | 1 lesuur                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Frequentie:</b>                   | 1x per 2 weken                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Groep of individueel:</b>         | Groep                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Kosten:</b>                       | Geen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>Organisatie:</b>                  | Kwadraad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Aanmelding via:</b>               | Kwadraad of SMW<br>088-900400 of via<br><a href="mailto:bureaudienst.goereeoverflakkee@kwadraad.nl">bureaudienst.goereeoverflakkee@kwadraad.nl</a>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>Aanvullende informatie:</b>       | <a href="http://www.kwadraad.nl">www.kwadraad.nl</a>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |

|                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|--------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Naam van de training:</b>         | Lotgenotengroep: Rouw bij volwassenen.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>Doelstelling van de training:</b> | Een groep van lotgenoten die met elkaar praten over hun ervaringen, problemen, moeilijkheden en obstakels die zij ondervinden na het verlies van een dierbare. Dit gebeurt aan de hand van thema's die door de groep worden bepaald. Hoe lang het geleden is dat de dierbare overleden is speelt geen enkele rol, voorkeur is wel dat het langer dan een half jaar geleden is. De groep wordt door 2 maatschappelijk werkers begeleid. |
| <b>Doelgroep:</b>                    | De rouwgroep voor volwassenen is voor de leeftijd 18-100 jaar.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Aantal bijeenkomsten:</b>         | 10 bijeenkomsten (ongeveer 6 maanden)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Wanneer:</b>                      | Voorjaar en najaar                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Duur:</b>                         | 2 uur                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Frequentie:</b>                   | 2 wekelijks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>Groep of individueel:</b>         | Groep                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Kosten:</b>                       | Geen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Organisatie:</b>                  | Kwadraad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>Aanmelding via:</b>               | Kwadraad of SMW<br>088-900400 of via<br><a href="mailto:bureaudienst.goereeoverflakkee@kwadraad.nl">bureaudienst.goereeoverflakkee@kwadraad.nl</a>                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Aanvullende informatie:</b>       | Meestal in de avonden groep bestaat uit maximaal 10 deelnemers. Meer informatie op <a href="http://www.kwadraad.nl">www.kwadraad.nl</a> .                                                                                                                                                                                                                                                                                              |

# Seksuele ontwikkeling



|                                      |                                                                                                                                                   |
|--------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Naam van de training:</b>         | Seksuele voorlichting VO3                                                                                                                         |
| <b>Doelstelling van de training:</b> | Seksuele voorlichting en relationele vorming. We praten zowel over seksualiteit als relaties, voorbehoedsmiddelen, zwangerschap en sociale media. |
| <b>Doelgroep:</b>                    | Alle leerlingen klas 3 voortgezet onderwijs, behalve van de Prins Maurits.                                                                        |
| <b>Aantal bijeenkomsten:</b>         | 1 keer per schooljaar                                                                                                                             |
| <b>Duur:</b>                         | 1 lesuur                                                                                                                                          |
| <b>Frequentie:</b>                   | NVT                                                                                                                                               |
| <b>Groep of individueel:</b>         | Groep                                                                                                                                             |
| <b>Kosten:</b>                       | Geen                                                                                                                                              |
| <b>Organisatie:</b>                  | CJG samen met verloskundige praktijk "Een nieuw begin"                                                                                            |
| <b>Aanmelding via:</b>               | NVT                                                                                                                                               |
| <b>Aanvullende informatie:</b>       |                                                                                                                                                   |

# Verslaving



|                                      |                                                            |
|--------------------------------------|------------------------------------------------------------|
| <b>Naam van de training:</b>         | Mensen zoals jij en ik!                                    |
| <b>Doelstelling van de training:</b> |                                                            |
| <b>Doelgroep:</b>                    | Mensen die te maken hebben met verslavingsproblematiek.    |
| <b>Aantal bijeenkomsten:</b>         | Inloop                                                     |
| <b>Duur:</b>                         | 1 uur                                                      |
| <b>Frequentie:</b>                   |                                                            |
| <b>Groep of individueel:</b>         | Groep                                                      |
| <b>Kosten:</b>                       | Geen                                                       |
| <b>Organisatie:</b>                  | Moedige Moeders/Fullness                                   |
| <b>Aanmelding via:</b>               | Moedige Moeders/Fullness                                   |
| <b>Aanvullende informatie:</b>       | <a href="http://www.ik-fullness.nl">www.ik-fullness.nl</a> |

|                                      |                                                                                                           |
|--------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Naam van de training:</b>         | Ondersteuningsavonden                                                                                     |
| <b>Doelstelling van de training:</b> | De avonden zijn bedoeld als steun in de rug, een stukje zorg voor degene die om de verslaafde heen staan. |
| <b>Doelgroep:</b>                    | Mensen die te maken hebben met verslavingsproblematiek.                                                   |
| <b>Aantal bijeenkomsten:</b>         | Inloop                                                                                                    |
| <b>Duur:</b>                         | 2 uur                                                                                                     |
| <b>Frequentie:</b>                   | 2 x per maand                                                                                             |
| <b>Groep of individueel:</b>         | Groep                                                                                                     |
| <b>Kosten:</b>                       | Geen                                                                                                      |
| <b>Organisatie:</b>                  | Moedige Moeders                                                                                           |
| <b>Aanmelding via:</b>               | Moedige Moeders/inloop                                                                                    |
| <b>Aanvullende informatie:</b>       | <a href="http://www.moedigemoedersgo.nl">www.moedigemoedersgo.nl</a>                                      |

# Gezondheid



|                                      |                                                                                                                                                                                                               |
|--------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Naam van de training:</b>         | Happy & Healthy                                                                                                                                                                                               |
| <b>Doelstelling van de training:</b> | Het leveren van een positieve bijdrage aan de gezondheid van jongeren, met aandacht voor voeding en beweging en persoonlijke doelen, zodat zij kunnen uitgroeien tot een evenwichtige en gezonde volwassenen. |
| <b>Doelgroep:</b>                    | Jongeren in de leeftijd van 12-18 jaar                                                                                                                                                                        |
| <b>Aantal bijeenkomsten:</b>         | 13 bijeenkomsten excl. sporten                                                                                                                                                                                |
| <b>Duur:</b>                         | 1 lesuur                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Frequentie:</b>                   |                                                                                                                                                                                                               |
| <b>Groep of individueel:</b>         | Groep                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Kosten:</b>                       | ja, afhankelijk van hoeveel personen er mee doen.                                                                                                                                                             |
| <b>Organisatie:</b>                  | St. Zijn                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Aanmelding via:</b>               | St. Zijn; h.stam@zijngo.nl of 0620035128                                                                                                                                                                      |
| <b>Aanvullende informatie:</b>       | <a href="http://zijngo.nl/jongerenwerkgo/wat-doen-wij/trainingen">http://zijngo.nl/jongerenwerkgo/wat-doen-wij/trainingen</a>                                                                                 |