

Nieuwsbrief December 2011 Consultatiebureau Widar & Oudergroep

Zeist, december 2011

Beste ouders,

Namens Sylvia Stroink en de oudergroep van consultatiebureau Widar bieden wij u deze nieuwsbrief aan. Met hierin een bericht van Sylvia over het consultatiebureau (pag. 2), de aankondiging voor de 'Peutercursus 2012' en een verslagje van een avond 'Kunstzinnige Verdieping' met Ellie van Dijk (pag. 4). Op pagina 5 legt Christy Niemeijer uit hoe kinderen vanaf 3 jaar al baat kunnen hebben bij yoga. In deze nieuwsbrief is er ook veel aandacht voor de begeleiding van ouders bij de zorg rondom het jonge kind. Naast de peutercursus vindt u op pagina 6 een oproep voor een soort intervisie voor ouders en op pagina 7 een artikel over een heuse Academie voor Ouders. Op pagina 6 staat ook de rubriek 'Aangeboden/gezocht' en een 'Wist u dat...' met activiteiten die voor ouders wellicht interessant zijn.

Rest ons nog u te vertellen dat Linda Zwemer helaas aangegeven heeft te willen stoppen met de organisatie van de Moeder&Kindgroep. Met enthousiasme heeft zij de Moeder&Kindgroep getrokken. Wij willen Linda bij deze bedanken voor haar inzet!

Graag bieden wij u als ouders een podium zich voor te stellen. Wilt u een keer met uw bedrijf of activiteiten in de nieuwsbrief, stuur dan een mailtje naar oudergroepwidar@gmail.com.

Groeten, namens de Widar oudergroep,
Eveline Reijnders, Tilly Spoelstra, Kristha Takken en Elke Wisseborn

Wie wil de Moeder & Kindgroep organiseren?

Maandelijks vindt er een Moeder- en Kindgroep bijeenkomst plaats. Hierin hebben moeders de gelegenheid elkaar te ontmoeten en kunnen de kinderen met elkaar spelen. Het is een kleine groep met een ongedwongen en gezellige sfeer. Linda heeft dit tot nu toe met veel plezier georganiseerd, maar zij wil het stokje nu graag aan iemand anders overdragen. Heb je interesse om je aan te sluiten bij de groep of de groep te organiseren, neem dan contact op met oudergroepwidar@gmail.com. Vaders zijn ook van harte welkom!





CONSULTATIE BUREAU WIDAR

Beste ouders van het Consultatiebureau Widar

Zeist, december 2011

Om te beginnen wil ik, mede namens Toyna en Anke jullie allen toewensen:

Stralende feestdagen en een gezond en harmonieus 2012!

Heel fijn dat **de oudergroep** ook deze nieuwsbrief weer zal samenstellen en versturen. Er is dit jaar hard gewerkt aan een nieuwe folder die alle nieuwe ouders ontvangen. Veel dank daarvoor. Dit jaar zal een enquête worden gehouden. De oudergroep zal deze, in samenwerking met mij, gaan ontwikkelen. Daarmee hopen we nog meer tegemoet te komen aan de wensen van onze ouders. Jullie horen daar nog van.

De **peutercursus** zal begin van 2012 weer worden gegeven door Carien Huijzer. De brief hierover en de data van deze cursus staan verderop in deze nieuwsbrief.

Als aansluiting op de laatste peutercursus en de cursus 'Zorg rondom het gezonde en het zieke kind' heeft onze **kunstzinnig therapeute Ellie van Dijk een vervolgvond** ontwikkeld. Het ligt in de bedoeling ouders de gelegenheid te geven om, na het volgen van deze cursussen, het geleerde op een kunstzinnige manier verder te verwerken en te verdiepen. Ook over deze avonden staat verderop een verslagje.

Helaas is de **Muziek-op-schootcurus** met de kerstliedjes niet doorgegaan: Lonneke, de docente heeft een enkelblessure. Maar de winterliedjes worden gegeven op 14 en 21 januari en de paasliedjes op 24 en 31 maart. Je kunt je opgeven via sylvia.stroink@widar.nl. Dit geldt ook voor de kinderen die zich al hadden opgegeven voor de kerstliedjes.

Vorige week heb ik een orthopedische operatie moeten ondergaan, en wellicht dat in het voorjaar een tweede volgt. Gelukkig heb ik **lieve collega's die mij zullen vervangen**. Dus dat jullie een ander gezicht gaan tegenkomen de komende weken is mogelijk. Op de Laan van Beek & Royen zijn dat Ria Blom en Mirjam van de Corput en op de Tollenslaan is dat Marijnke Witsenburg.

Het Digitaal Dossier heeft inmiddels intrede gedaan. Het is dusdanig aangepast dan we er tevreden mee zijn gaan werken. Als ouders bestaat het recht van inzage en we proberen zoveel mogelijk gezamenlijk met de ouders het dossier in te vullen. Daarmee staat de **samenwerking met de thuiszorgorganisatie** nog steeds heel stevig en mogen we ook het komende jaar rekenen op de subsidie. De tarieven voor de ouderbijdragen zullen in 2012 gelijk blijven aan de tarieven van het afgelopen jaar, best bijzonder in deze crisistijd!

Hartelijke groeten en tot ziens op het consultatiebureau, **Sylvia Stroink- van Moorsel**



Peutercursus 2012

Zeist, december 2011

Beste ouders.

In het voorjaar van volgende jaar kunnen de ouders van CB Widar weer de peutercursus volgen. Deze cursus laat de ontwikkeling zien van het kind van 0 tot 7 jaar.

Soms is opvoeden leuk, kan je er van genieten, soms is het lastig. Gebeurtenissen met je kind kunnen je op het emotionele vlak raken en stellen je voor uitdagingen die je wellicht nog niet eerder bent tegengekomen. Bijvoorbeeld als je kind niet wil eten of slapen en je jezelf voorgenomen hebt om grenzen te stellen en die lijken vervolgens te vervliegen in de lucht. Ook kan het zijn dat je jezelf terugziet en bij je eigen opvoeding stil staat. Wellicht om die als leidraad te nemen of om juist bewust andere keuzes te maken.

Deze onderwerpen en andere alledaagse problemen zullen voor de meeste ouders herkenbaar zijn en in de cursus aan bod komen.

- Groep:** De groep telt maximaal vijftien ouders (één ouder per ingeschreven kind)
- Data:** De cursus wordt gehouden op zes avonden: woensdag 1, 15 en 29 februari, 14 en 28 maart en 25 april van 20.00 tot 22.15 uur.
- Plaats:** Gezondheidscentrum Widar, locatie Tollenslaan 32 te Zeist.
- Kosten:** Het Consultatiebureau draagt de helft van de kosten. Hierdoor zijn de kosten 45 euro, inclusief het cursusboek.
- Begeleidster:** Carien Huijzer studeerde pedagogie en androgogie en is moeder van vier kinderen. Sinds 20 jaar geeft zij individuele therapeutische begeleiding en communicatietrainingen aan ouders leerkrachten en leerlingen.
- Aanmelden:** Op volgorde van aanmelding, via sylvia.stroink@widar.nl
Indien blijkt dat de cursus niet geheel vol is er de mogelijkheid voor echtparen om deel te nemen.

Hartelijke groeten, mede namens Carien
Sylvia Stroink- van Moorsel

Avond 'Kunstzinnige Verdieping' met Ellie van Dijk

Zoals al eerder in deze nieuwsbrief is aangekondigd, geeft Ellie van Dijk, kunstzinnig therapeute op de Laan van Beek & Royen, avonden aansluitend op de cursus 'Zorg rondom het gezonde en het zieke kind' en na de peutercursus.



Foto: Ellie geeft uitleg over het werk van cliënten.

In haar uitnodiging omschrijft zij het als volgt: Ik werk als kunstzinnig therapeute op Widar en wil met jullie deze avond kunstzinnig aan het werk. Met potlood en kleur zelf aan de slag om op deze wijze tot (nog) meer inzicht, begrip, gevoel en herkenning ... te komen.

Daarnaast wil ik graag een inleiding verzorgen waarin ik ook iets laat zien van mijn werk met kunstzinnige therapie bij kinderen (zijdelings gekoppeld aan de temperamenten en het stellen van grenzen bij kinderen). Ik zorg voor materiaal, koffie en thee en heb steeds plaats voor 7 à 8 mensen"

Na afloop van de cursussen zal steeds een uitnodiging volgen voor deze avonden. Het aanbod aan de ouders van het CB Widar is hierdoor nog completer geworden.



Foto: Ouders aan het werk

Ellie dank je wel voor je aanbod van deze avonden!
Sylvia Stroink

Kinderyoga

Hallo beste ouders

Mijn naam is Christy Niemeijer en ik ben verbonden met het consultatiebureau Widar via mijn zoontje van net 1 jaar.

Altijd geniet ik weer als ik daar ben door de liefdevolle en goede zorgen voor hem.

Ik schrijf dit stukje om Kinderyoga onder de aandacht te brengen.

Ik ben sinds september begonnen met mijn eigen yogastudio genaamd YOGA & MORE.

Ik geef Pilatesyoga- en Poweryogalessen aan volwassenen en dus ook Kinderyogalessen voor kinderen vanaf 4 jaar op de woensdagmiddag vanaf 15.00 uur.



De kinderyogalessen zijn vrolijke lessen waarin kinderen echt zichzelf mogen zijn. Spelenderwijs komen er allerlei yogahoudingen voorbij, aangepast aan de leeftijd van het kind.

Bij het jonge kind ligt de nadruk vooral op het doen en het plezier ervan. Veel dieren komen in de houdingen terug waardoor het voor het jonge kind heel herkenbaar en daardoor ook heel leuk is.

Naast yogahoudingen komen er ook allerlei spelletjes aan de orde waardoor het kind wordt uitgedaagd, creatief kan zijn, samen kan leren werken of juist lekker kan ontspannen.

Ook is er aandacht voor de adem en leren kinderen hoe ze daarmee kunnen spelen en oefenen.

Veel van wat ze leren kunnen ze toepassen in het dagelijks leven, bewust of onbewust. Ze kunnen hun grenzen in het algemeen leren (her)kennen en hoe ze veilig open kunnen staan voor wat de wereld te bieden heeft.

Door middel van themalessen is het elke keer weer anders maar blijft de basis van de les veilig en vertrouwd.

Kortom dit is wat je kind graag zou willen meegeven in deze soms hectische wereld.

Je kind kan meer rust en ontspanning ontwikkelen, meer zelfvertrouwen krijgen, meer lichaamsbesef en -beheersing ontwikkelen.

Ook kan je kind fysiek soepeler en sterker worden.

Bij interesse voor ouder & kind yoga (kan vanaf 3 jaar) kan dat bij voldoende animo ook gestart worden. Je beleeft de yogales dan samen met je kind en je leert zo allerlei leuke spelletjes en oefeningen om eventueel ook thuis te doen. Maar je bent vooral lekker even $\frac{3}{4}$ uur met je kind bezig in de les.

Lijkt het je leuk om je kind een kinderyogales te laten proberen, dan kan je je opgeven voor een gratis proefles, of een set van 4 proeflessen voor 15 euro. Zodat je kind een beeld krijgt van de les en kan ervaren of hij/zij het leuk vindt.

Opgeven kan via info@yogamore.nl of bel met mij 06-52053320.

Ook kan je even kijken op de website www.yogamore.nl
Daar staan ook leuke foto's op.
Op de website staat de ouder & kind yoga nog niet in het schema maar die les kan beginnen bij ongeveer vier aanmeldingen.



Groetjes Christy Niemeijer

Ouder intervisie, iets voor jou?

Ben jij ook op zoek naar tips van andere ouders over slapen, eten, peuterpuberteit, de eerste schooldag, balans werk/gezin/jezelf, het huishouden van een jong gezin, oppas, het krijgen van een broertje/zusje, of ieder andere vraag waar je aan denkt rondom de zorg voor het jonge kind? Het lijkt ons leuk en interessant om een soort intervisie voor ouders te organiseren. Eens in de maand 's avonds van 20.00 tot 21.30 met andere ouders praten over een onderwerp dat te maken heeft met het jonge kind. Heb je interesse? Meld je dan aan bij oudergroepwider@gmail.com.

Wist u dat...

- De Rudolf Steinerschool in De Bilt op zaterdag 21 januari 2012 een Labyrintavond organiseert olv Noor Elfers (werkgroep scholing)
 - De Rudolf Steinerschool in De Bilt op dinsdagavond 14 februari 2012 een open avond heeft voor ouders die op zoek zijn naar een school voor hun kind.
 - De Zeister Vrije School op woensdag 7 maart 2012 een kledingbeurs organiseert
 - De Zeister Vrije School op woensdag 14 maart 2012 een open middag van de kleuterafdeling heeft
 - De bibliotheek in Zeist ongeveer 2000 boeken over antroposofie heeft. Op de eerste verdieping staat de collectie die de bibliotheek in 2001 overgedragen heeft gekregen heeft van de Antroposofische Bibliotheek Zeist.
-

Aangeboden/gezocht

Gezocht:

Kinderwagen (reiswieg) & wandelwagen. Bijvoorbeeld Mutsy, urban rider.

Tevens gezocht: buggy, die je ook mee kan nemen op de fiets.

Linda Zwemer: linda@intuitiesvegroei.nl

Gezocht:

Lieve oppas, die af en toe op een lief jongetje van 2,5 wil passen.

Eventueel in ruil voor diensten (coaching, healing of training).

Linda Zwemer: linda@intutievegroei.nl

Als u iets nodig heeft, of iets zou willen verkopen, aan/van andere ouders van het consultatiebureau dan kan dat. Als u een mailtje met uw 'advertentietekst' stuurt naar

oudergroepwider@gmail.com, dan

zorgen wij ervoor dat het in de volgende nieuwsbrief vermeld wordt. De advertentietekst moet in ieder geval

een mailadres of telefoonnummer bevatten waarop ouders u kunnen bereiken.



Een opleiding voor vaders en moeders?

Een (jong) kind vraagt aandacht, verzorging, liefde. Niet per sé in deze volgorde.

Ouders geven dat. Ze zijn dat van nature gewend te geven. Als vader realiseer ik mij echter ook, dat het van mij persoonlijk gevraagd wordt. En zo er twee opvoeders zijn, dan is mijn inzet niet vanzelfsprekend dezelfde als die van mijn partner.

Het vraagt afstemming, afweging, gesprek en afspraken.

Maar hoe doe je dat, een kind groot brengen? Weet ik dat allemaal wel? Kan ik dat?

In de tijd dat mijn ouders jonge opvoeders waren, in de vijftiger jaren van de vorige eeuw, handelden zij nog vanuit de zekerheid van een stroom van gewoonten, traditie, overtuiging. "Zoals het hoort" was een term die aanvaard werd.

Of die stroom een ondergrond had van een kerk, een politieke partij of een maatschappelijke klasse, er werd zekerheid aan ontleend.

Ik keur dit geenszins af. Ik heb me als jongetje in die vijftiger jaren gelukkig gevoeld ergens bij te horen. De kinderen die bij mij in de klas zaten, zag ik 's zondags ook in de kerk en hun ouders stemden op dezelfde politieke partij.

Als ik me probeer te realiseren waaruit dat geluk dan eigenlijk bestond en waarop dat gebaseerd was, komt het denk ik vooral neer op gevoelens van geborgenheid en veiligheid.

Die stroom is er niet meer, binnen 2 à 3 generaties is die verdwenen.

Werd dit in 60-er en 70-er jaren nog ervaren als een bevrijding, nu kwalificeert men het ook wel als een gemis.

Jonge opvoeders hebben in 2011 uitgangspunten nodig die hun steun bieden in het begeleiden van hun kinderen. Die uitgangspunten liggen niet meer besloten in een traditie. We willen tegenwoordig inzicht verwerven. Een visie ontwikkelen. Daar is hulp bij nodig. Pedagogische bureaus zijn in grote getale ontstaan. Consultatiebureaus bieden cursussen, waarin opvoeden wordt voorgedaan. De gemeente komt met een cursus wiegelieljes voor jonge ouders.

Er kwam in 2004 een moment voor een "opleiding voor moeders en vaders", een academie waar ouders af en toe eens een hele dag bezig konden zijn met opvoeden. Zonder kinderen. Kennis nemen van gezichtspunten, nieuwe ideeën opdoen. Uitwisselen. Horen hoe een ander het doet. En daarbij ook nog kunstzinnige activiteiten. Je bent er een dagje uit, je gaat weer blij naar huis.

De Academie voor Ouders kent een vestiging in Driebergen en Venlo. In 2012 gaan Maastricht en Rotterdam van start. Zie ook www.academievoorouders.org

Jan Alfrink, directeur Academie voor Ouders, docent pedagogie.



Rozemarijn

Voor speelgoed & cadeaus
in prachtige kleuren en
natuurlijke materialen!

Steynlaan 65*3701 EC Zeist

030-6914592

info@rozemarijn.nl*www.rozemarijn.nl