

# Nieuwsbrief CJG Oldebroek

**Wat gaat het snel. Dit is alweer de laatste nieuwsbrief van 2022 met interessante weetjes en opnieuw een voorstelrondje.**

## Even voorstellen

Hallo, ik ben Betty Veldman en bijna een jaar werkzaam bij het CJG Oldebroek. Vanuit mijn vorige werk bij Lijn 5 kwam ik al bij gezinnen in de gemeente Oldebroek. Ik ben een nuchtere Friezin met veel verschillende interesses o.a. vakanties & weekeindjes weg, wandelen, cultuur, ecologisch/ fair wear, kinderen/ jongeren en alles wat te maken heeft met gezond opgroeien. Ik geniet van mijn gezin en ik vind het heerlijk om gezinsactiviteiten te ondernemen. Ik hoop op een leuk en leerzaam jaar waarin we elkaar kunnen ontmoeten.



## Wist je dat:

- Het CJG een samenwerking is aangegaan met jongerenwerk nr 13 Dit maakt dat we nog sneller kunnen handelen in bepaalde zorgelijke situaties.
- Cool2Bfit een training organiseert voor kinderen van 8 t/m 13 jaar met overgewicht. Aanmelden kan nog tot eind oktober. <https://www.moor-kids.nl/specialisaties/cool2bfit/>
- De gemeente Oldebroek op zoek is naar jonge helden? Ken jij iemand tussen de 6 en 21 jaar die een heldendaad heeft verricht? Meld diegene aan voor de heldenaward. <https://www.oldebroek.nl/heldenaward>

## Hoe is het met jouw slaap?

Op vrijdag 29 oktober start de Slaap Lekker Week van Goed Bezig Oldebroek. Kinderen uit groep zeven én hun ouders gaan achterhalen hoe het met hun slaap is gesteld, want lekker en voldoende slapen is belangrijk voor onze gezondheid. In de Slaap Lekker Week praten de kinderen in de klas over slaapgewoonten, bedtijden en over het gebruik van beeldscherm voor het slapengaan. Thuis vullen kind en ouder samen de online Slaap Lekker Quiz in op [slaaplekkerquiz.nl](http://slaaplekkerquiz.nl). Op de basisscholen in Wezep komt er een slaaptherapeut van Beter Wezep in de klas. Zij vertelt over wat bewegen doet met de slaapkwaliteit en laat aan de hand van oefeningetjes kinderen ervaren hoe zij rustig in slaap kunnen vallen.

Meer informatie?

Wilt u meer informatie over dit thema of wilt u in contact komen met Goed Bezig Oldebroek? Stuur dan een mail naar [LDaanen@oldebroek.nl](mailto:LDaanen@oldebroek.nl).

## Agenda

2 t/m 5 november

### Week van de mediawijsheid

8 november

### Webinar: Pubers achter hun schermen

Voor wie: Opvoeders en professionals

Aanmelden:

<https://pubers.webinargeek.com/pubers-achter-hun-schermen-week-vd-mediawijsheid-bibliotheek-nw-veluwe>

9 november

### Ouderavond: Alcohol & drugs. Hoe voer je het gesprek met je kind

Voor wie: opvoeders met kinderen van 12 t/m 18 jaar

Waar: Agnieten College

Tijd: 19.00-21.30. Inloop 18.30

Opgeven: Ouderavond: alcohol en drugs, hoe voer je het gesprek? - Gemeente Oldebroek

15 t/m 21 november

### Week tegen kindermishandeling

De Week tegen Kindermishandeling: ... dichterbij dan je denkt - Week tegen kindermishandeling

Blog: Kindermishandeling

16 november

### Oudercursus 'help mijn kind kan niet zonder'

Voor wie: Opvoeders met kinderen tussen 12 en 23 jaar die problematisch alcohol drinken, drugs gebruiken, overmatig gamen of gokken.

Deelname is gratis. Check hier Help, mijn kind kan niet zonder! | Tactus Verslavingszorg

Opgeven kan via [oudercursusharderwijk@tactus.nl](mailto:oudercursusharderwijk@tactus.nl)

### Contactpersonen scholen:

Sandra van de Beek  
Margreet van Maanen  
Minke Leensen  
Judith van Olst  
Cornelis de Bruin

Kijk voor meer info in de schoolgids van je school.

*Heb jij nog leuke ideeën voor een volgende nieuwsbrief? Mail dan naar [info@cjgoldebroek.nl](mailto:info@cjgoldebroek.nl)*