

# Nieuwsbrief CJG Oldebroek

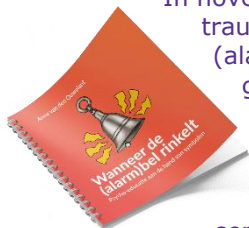
Wij geven antwoorden op kleine en grote vragen over opgroeien, opvoeden en gezondheid

## Even voorstellen

Hoi! Ik ben Marjet Jakobs, 23 jaar en ik woon in het mooie buitengebied van Oldebroek. Hier woon ik nog met mijn ouders. Ik heb twee (veel) oudere broers die al een tijdje getrouwd en uit huis zijn. Bij elkaar opgeteld ben ik nu tante van drie hele leuke kindjes. Ik ben sinds een paar maanden stagiaire bij het CJG in Oldebroek. Ik doe de opleiding Social Work op het Windesheim in Zwolle. Een leuk weetje over mij is dat ik dol ben op handwerken, en dan vooral haken en breien. Met vriendinnen samen hebben we ook vaak avondjes waarbij we thuis of op een terrasje samenkomen om iets creatiefs te doen! Ik vind het vooral leuk om kleding te maken. Wellicht tot ziens!



## Traumasensitief werken



In november zijn alle collega's van het CJG Oldebroek geschoold in traumasensitief werken door de Trauma Company. A.d.h.v. een (alarm) belletje, ordner, telefoon en wetboek werd er uitleg gegeven over welke invloed trauma heeft op de verschillende functies van de mens. Psycho-educatie bevatte o.a. uitleg over de hersenen in een veilige situatie, in een gevaarlijke situatie, de automatische overlevingsreacties. Daarnaast ging het o.a. over trauma

sensitieve ondersteuning. Hierbij werd uitleg gegeven over kennis van trauma en hoe je sociale verbinding kunt bieden i.c.m. triggers identificeren. Wij vonden het een super inspirerende training en hopen de kennis waar nodig met jullie te kunnen delen.

## Teammiddag

Door middel van spel en sport hebben we gewerkt aan de teamspirit, groepsdynamiek en het thema **zelfzorg**. En wat we terugkregen van de trainer is dat wij **een team zijn die ervoor gaat**. Waarbij we soms achteraf kunnen denken; hebben we wel het juiste gedaan? Of is dit iets wat we vooraf anders hadden kunnen aanvliegen? Om zo met elkaar wat kunnen vertragen een keuze te kunnen maken in wat we wel/niet oppakken of wat we belangrijk vinden. Er werd gezegd; 'heb je naaste lief als jezelf'. Wanneer je goed voor jezelf zorgt, kan je dat ook voor een ander. Dus dan kan je over je schouder kijken en naar elkaar omzien. Wanneer je het samen doet voelt het lichter. Door de opdrachten hebben we kunnen ontdekken wat we samen kunnen bereiken.

## Agenda

### Februari

Positief opvoeden

Cursus voor ouders met kinderen van 0 tot 12 jaar.

Kijk op [cjpgoldebroek.nl](http://cjpgoldebroek.nl) voor meer informatie.

Ook het CJG luidt het nieuwe jaar weer in met een gezellige nieuwjaarsborrel!



## Contactpersonen scholen:

Margreet van Maanen  
Minke Leensen  
Judith van Olst  
Cornelis de Bruin  
Janneke Kranenbrug  
Marissa van Dijk

Kijk voor meer info in de schoolgids van je school.

Stel je vraag via de [livechat](#)

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