

## **Power Kidzzz**

**10 mei aanstaande start een sociale vaardigheidstraining voor basisschoolkinderen uit groep 7 en 8. Er zijn nog enkele plaatsen vrij.**

In de training worden, door middel van spel en praten, allerlei sociale vaardigheden en weerbaarheid geoefend. Dit is een goede voorbereiding voor het voortgezet onderwijs. In de training wordt er ook gekeken naar de individuele behoefte van de deelnemer. De Power Kidzzz training, met 8 tot 10 deelnemers, vindt 8 X plaats op woensdagmiddag van 14.45 tot 16.15 uur. De eerste bijeenkomst is 10 mei, de laatste 28 juni.

## **Mindfulness**

De training Mindfulness is een praktische training voor volwassenen. Mindfulness helpt u een rustpunt in uw leven te creëren. Opvoeden, werk en een huishouden kunnen voor veel stress zorgen. Door mindfulness leert u beter om te gaan met stress en ontstaat er weer ruimte en plezier in het doen van de dingen van alledag.

De training vindt 8 X plaats op dinsdagavond van 19.30 - 22.00 uur. Startdatum is 9 mei. Maximaal 8 deelnemers, er zijn nog enkele plaatsen beschikbaar.

## **Informatie over de trainingen**

Alle trainingen worden gegeven in het Centrum voor Jeugd en Gezin, Nassaukade 4, Beilen. Voor de trainingen geldt een kleine eigen bijdrage. (Overleg hierover is mogelijk)

Deelname aan de cursussen is mogelijk na een intakegesprek met de trainers. In dit gesprek wordt gezamenlijk gekeken of de training op dat moment passend is.

Voor meer informatie en aanmelding kunt u contact opnemen met de FrontOffice van het CJG : 0593 -522262.

Of via het volgende mailadres:

[fo.middendrenthe@spinn.nl](mailto:fo.middendrenthe@spinn.nl)

Of via de website:

[www.cjgmiddendrenthe.nl](http://www.cjgmiddendrenthe.nl)

[www.spinn.nl](http://www.spinn.nl)