DOE MEE MET MDT.NL · MAATSCHAPPELIJKE DIENSTTIJD ·

SET YOUR LIFE GOALS
BERGEN OP ZOOM

HOUD JIJ VAN SPORT?

BEN JE TUSSEN DE 14 EN 24 JAAR, WIL JE TALENTEN ONTDEKKEN, WERKEN AAN JE DOELEN, JEZELF ONTWIKKELEN EN LEER JE GRAAG NIEUWE MENSEN KENNEN? DAN IS DIT ECHT IETS VOOR JOU!

- Vier maanden lang werken aan persoonlijke doelen
- Toffe clinics en gave sessies vol met sport en spel
- Eigen kwaliteiten inzetten in de praktijk
- Met een leuke groep leeftijdsgenoten

Interesse? Neem contact op met:

JUSTIN VAN DER ZANDE
J.VANDERZANDE@SPORTBEDRIJFBOZ.NL
06 42 52 89 32

JAËLA GOOSSENS
J.GOOSSENS@SPORTBEDRIJFBOZ.NL
06 42 52 89 32

BRUSSENGROEP

Groepstraining voor broertjes en zusjes van kinderen met een beperking.

Voor kinderen tussen de 8-12 jaar oud en jongeren tussen de 12-16 jaar oud

Meer weten over deze training?

SCAN DE QR CODE

Of bekijk onderstaand filmpje

Deze training is GRATIS

Gemeente Bergen op Zoom

WEERBAARHEIDSTRAINING

Groepen in de leeftijd van:

7 - 9 JAAR
8 -12 JAAR
12 +

Kinderen weten niet altijd hoe ze voor zichzelf op moeten komen. Sommige kinderen hebben weinig zelfvertrouwen en vinden veel dingen spannend. Om ze weerbaarder en sociaalvaardiger te maken is er voor hen een weerbaarheidstraining ontwikkeld.

Deze training is GRATIS

Voor meer informatie en aanmelding:

SCAN de QR code

Filmpje met uitleg over de training

Gemeente Bergen op Zoom

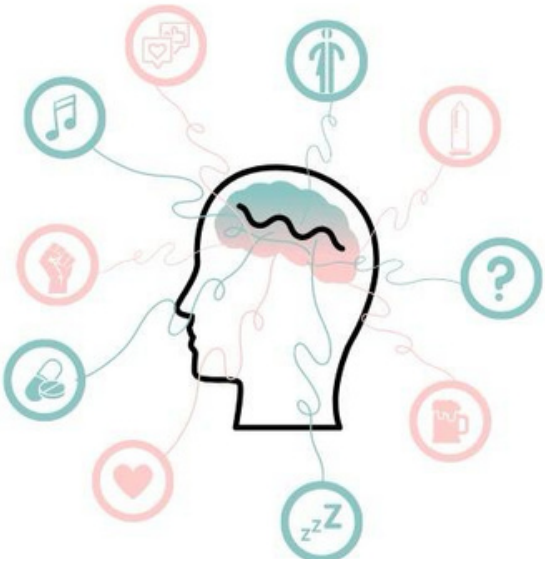
wij zijn

LEKKER PUBERAAL!

GRATIS interactieve training voor opvoeders van jongeren van 11 t/m 16 jaar.

PUBERS OPVOEDEN....

Het is een hele uitdaging.
Deze training gaat over de veranderingen in de puberteit en de ontwikkeling van het puberbrein. We bespreken hoe je goed contact met je puber kunt houden, zodat je zo weinig mogelijk ruzie hebt. Ook worden tips en ervaringen gedeeld, die je thuis meteen kan toepassen.



De training bestaat uit een reeks van drie avonden waarin we samenkomen.

MEER WETEN OF AANMELDEN ?

Gemeente Bergen op Zoom

Weerbaarheid jonge mantelzorgers: voor jongeren die voor iemand zorgen

Ben jij een jonge mantelzorger?
Ben je tussen de 15 en 17 jaar en zorg je voor een familielid, die ziek, beperkt of verslaafd is? Het kan zwaar zijn om voor anderen te zorgen en je eigen gevoelens opzij te zetten. Deze training helpt je beter voor jezelf te zorgen, samen met leeftijdsgenoten die hetzelfde meemaken.

Wat kun je verwachten?

- Ontdek jouw eigen waarden, normen en gevoelens.
- Leer omgaan met emoties door spellen, video's en opdrachten.
- Groei in acceptatie, zelfkennis en veerkracht.

Praktisch:

- 8 bijeenkomsten op een doordeweekse avond.
- Locatie: Bergen op Zoom (nog te bepalen).

- Aanmelden of vragen?
- ✉ info@mantelzorgbergenopzoom.nl
- 📞 0164 - 29 94 91 of 06 - 39 26 79 47

Samen zorg je sterker.

mantelzorg
Bergen op Zoom

ggz wnb allemaal anders iedereen zichzelf

KOPP/KOV groep

Voor kinderen van 12 - 18 jaar

De KOPP/KOV-groep is een lotgenotengroep voor jongeren die een ouder hebben met een psychisch en/of verslavingsprobleem. Zo kan iemand in de war, moe of boos zijn zonder dat je altijd begrijpt waarom. Het komt eigenlijk best vaak voor en toch wordt er vaak niet over gespraat.

Het is niet altijd gemakkelijk om een ouder te hebben met een psychisch en/of verslavingsprobleem. Je groeit op in een gezin waar het er net anders aan toe gaat dan bij andere jongeren thuis. Soms leuk en soms juist niet.

Sommige jongeren gaan zich zorgen maken, voelen zich verantwoordelijk of onbegrepen. Hierdoor kun je het als jongere moeilijk hebben en zelf problemen ontwikkelen. Met jongeren van je eigen leeftijd praten die hetzelfde meemaken helpt.

Wat doe je in de KOPP/KOV-groep?
In de groep kun je in vertrouwen met andere jongeren delen wat je thuis meemaakt. Alleen luisteren mag ook, dit helpt vaak ook al, omdat je er al snel achter komt dat je niet de enige bent waar het thuis af en toe anders gaat. Er is aandacht voor wat lastig is, juist goed gaat en je kunt vragen die je hebt over de problematiek van je ouder stellen. Je kunt denken aan:

- Wat is een depressie en kan ik het ook krijgen?
- Hoe praat ik erover met mijn vrienden of vriendinnen?
- Bij wie kan ik terecht?
- Wanneer is iemand verslaafd?

KOPP/KOV groep voor kinderen van 12 - 18 jaar

Handig om te weten:

- De maandelijkse KOPP/KOV-groep is 1x per maand;
- De vaste groep bestaat uit 8 bijeenkomsten;
- Er zijn geen bijeenkomsten in de vakanties;
- De groepen bestaan uit maximaal 8 jongeren;
- De KOPP/KOV-groep wordt begeleid door een medewerker Jeugdpreventie en een preventiemedewerker van Novadic Kentron;
- We vinden het belangrijk dat je alles kunt delen. Daarom maken we met alle jongeren de afspraak dat wat in de groep gedeeld wordt, in de groep blijft. Alleen als we ons zorgen maken, zullen we dit eerst met jou bespreken, waarna we zullen bekijken wat mogelijk/nodig is;
- Je mag jezelf aanmelden vanaf 16 jaar. Voor die tijd hebben je ook toestemming van je ouder(s)/verzorger(s) nodig;
- Je hebt geen verwijsbrief nodig van de (huis)arts. Iedereen mag je helpen met de aanmelding (ouder, hulpverlener, leerkracht, etc.);
- Voorafgaand aan de training vindt een intakegesprek plaats in de vorm van een huisbezoek;
- Voor jongeren die woonachtig zijn in een gemeente waar de KOPP/KOV-groep wordt aangeboden, is de KOPP/KOV-groep gratis;
- Jouw privacy is voor ons van groot belang. Je wordt niet bij ons ingeschreven. Bij de verwerking van jouw persoonsgegevens houden wij ons aan de eisen die de vigerende wet- en regelgeving stelt;
- Ben je niet tevreden of heb je een klacht, dan kun je terecht bij de medewerker Jeugdpreventie, de klachtenfunctionaris of familievertrouwenspersoon van GGZ WNB. Kijk voor meer informatie op onze website.

Meer informatie, aanmelden en contact

Neem contact op met het team van Jeugdpreventie via:

T: 0164-289725
E: jeugdpreventie@ggzwnb.nl

NOVADIC KENTRON
NK
NIEUWE KANSEN

JE KIND EN VERLEIDINGEN

Voor ouders met kinderen die experimenteren of te ver gaan met alcohol, drugs, gamen en gokken.

Heb jij het gevoel dat je kind drugs gebruikt? Of zie je dat je kind overmatig gamet?
Blowen, miauw, ketamine of andere middelen zijn voor sommige jongeren heel toegankelijk. Ben je ouder of opvoeder van een kind (van 14 tot 21 jaar) dat thuis woont, herken je die zorgen en vraag jij jezelf af wat je kunt doen?

NEEM DAN DEEL AAN DEZE OUDERAVOND

Avonden zijn elke eerste maandag van de maand

Meld je aan via de QR-code, dat is een mailadres van de preventiewerker van N-K. Vermeld je naam, telefoonnummer en geef kort aan wat er speelt. Je mail is vertrouwelijk. Locatie is Het Fort in Bergen op Zoom

TIJDENS DEZE AVONDEN:

- → Bespreken we wat je beter wel of niet kunt doen in een gesprek
- → Vertellen andere ouders hun ervaringen
- → Kan je vragen stellen aan een professional van verslavingspreventie

Avonden zijn van 18:30-20:00 uur in
Het Fort Bernadettestraat 4, 4615 EV Bergen op Zoom

Heb je andere vragen? Neem contact met ons op via 073-689 90 90 (bereikbaar van maandag tot en met vrijdag tussen 8:30 en 17:00 uur) of hulp@novadic-kentron.nl.

NOVADIC-KENTRON.NL

Talententoer geeft jongeren een boost!

De Talententoer is er voor jongeren tussen de 16 en 27 jaar uit de gemeente Bergen op Zoom die zoekende zijn naar een nieuw perspectief. Waar zijn ze goed in, krijgen ze energie van en hoe kunnen ze zichzelf ontwikkelen? Met de deelname aan de Talententoer ontdekken ze hun talent en het geeft een boost aan hun toekomst.

Iedereen bezit unieke talenten. Bij de Talententoer krijgen de deelnemers de vrijheid om die talenten te ontdekken. Ze stellen hun persoonlijke plan op en gaan hiermee aan de slag. Ze worden daarbij ondersteund door een supportteam, mensen uit de directe omgeving, en de professionals van WijZijn.

www.wijzijn.nl

Programma

De deelnemers doen ervaring op bij bedrijven in de regio waar ze affiniteit mee hebben bijvoorbeeld op het gebied van sport, kunst, muziek, dans & theater. Gedurende drie maanden gaan ze hier aan de slag. Na afloop heeft elke deelnemer meer inzicht in zijn of haar talent. Bovendien weten ze welke stappen ze kunnen zetten om zich verder te ontwikkelen. Denk daarbij aan het volgen van een opleiding, werk of een andere daginvulling.

Startdatum

Er zijn meerdere startmomenten in het jaar. Afhankelijk van de wensen, bekijken we de mogelijkheden. Er is plaats voor maximaal 20 deelnemers.

Voor wie

De Talententoer is een kans voor jongeren uit de gemeente Bergen op Zoom om hun talent te ontdekken en invulling te geven aan hun toekomst.

Meer informatie

Didier van Damme
Coördinator Talententoer
T: 06 – 42 49 71 24
E: talententoer@wijzijn.nl

De Talententoer is een initiatief van WijZijn en mede mogelijk gemaakt door de gemeente Bergen op Zoom.

Meer weten?

Bekijk het filmpje met de ervaringen van deelnemers.