

februari 2018

Taakjes in huis

Kinderen leren veel van regelmatig meehelpen in de huishouding. Ze krijgen gevoel voor verantwoordelijkheid en zelfdiscipline. Daar hebben ze nu en later in hun leven veel plezier van. Als iedereen in het gezin bepaalde klusjes doet, heb je bovendien meer tijd om leuke dingen met elkaar te doen. Hier 3 tips:

1. Als kinderen het leuk vinden om zelf een boodschap te doen, geef ze dan de kans. Dan Bouw het op door ze eerst de opdracht in de supermarkt te geven om iets van het lijstje te zoeken. En later door ze zelfstandig een boodschap te laten doen.
2. Laat kinderen helpen bij het dekken en/of afruimen van de tafel. Je kunt bij meerder kinderen ook een verdeling maken en hier in rouleren. Voorkom een dagelijkse discussie door op de kalender te schrijven wie wat welke dag moet doen.
3. Kinderen in de basisschoolleeftijd kunnen zelf hun kamer opruimen en kleding in de wasmand doen. Verbind daar ook de logische consequentie aan, dat als je was niet in de wasmand ligt, het ook niet uitgewassen wordt. Hierdoor leren ze verantwoordelijkheid te dragen voor hun eigen handelen.

Lees meer over [meehelpen in het huishouden](http://www.cjgml.nl/pagina/basis-schoolkind/opvoeding-en-gedrag/opvoedtips/meehelpen-in-het-huishouden/484138)



­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­Activiteiten CJG-ML in februari

# Positief opvoeden

Het CJG geeft regelmatig workshops vanuit de methodiek Positief Opvoeden (Triple P). De workshops duren 2 uur en zijn gratis toegankelijk. Zo houd je opvoeden leuk.

## Workshop LEREN LUISTEREN

Iedere ouder kent momenten dat je kind niet luistert. Leren gehoorzamen is een vaardigheid die kinderen helpt om later goed te kunnen functioneren in de maatschappij. Maar hoe doe je dat nou, op een positieve manier? Zodat het geen straf is, maar jij als ouder en je kind het beide prettig vinden? Dat leer je in deze workshop!

**dinsdag 6 februari van 19.30-21.30 uur, Kapelaniestraat 4 in Nederweert**

## Workshop EEN GOED SLAAPPATROON ONTWIKKELEN

Als kinderen een goed slaappatroon hebben, geniet het hele gezin hiervan. In deze workshop worden tips gegeven om je kind makkelijk naar bed te laten gaan, in bed te laten blijven, door te laten slapen en 's ochtend niet te vroeg uit bed te laten komen. Je krijgt ook informatie over oorzaken van slaapproblemen. Met deze tips en informatie maak je een persoonlijk plan om de problemen rond het naar bed gaan en/of het slapen aan te pakken.

**dinsdag 27 februari van 19.30-21.30 uur, Zandkuilweg 8 in Maasbracht**

**Gratis deelname. Aanmelden verplicht.**

**Centrum voor Jeugd en Gezin Midden-Limburg**

[**info@cjgml.nl**](mailto:info@cjgml.nl) **of** [**www.cjgml.nl**](http://www.cjgml.nl) **of 088-4388300**