

CJG Hillegom

Preventie Nieuwsbrief

oktober 2022



Inhoud

- Cursussen voor ouders / opvoeders

- Cursussen en trainingen voor professionals

Thema: Social media en gamen

- Week van de mediawijsheid 4 t/m 11 november
- Webinars voor ouders over social media en gamen
- MediaDiamant - Wegwijs in mediaopvoeding
- NJi: tips voor mediagebruik
- Stop, meld, verwijder

Ander nieuws

- Free Toys Market in Lisse
- Zo schakel je een tolk in
- Kerstengelproject van Stichting Present
- Energiebespaardienst

Cursussen voor ouders / opvoeders

- woensdag 2 november 2022: **CJG-webinar Eat, Train, Study, Sleep, Repeat**
- dinsdag 8 november 2022: **CJG-webinar Autisme en seksuele ontwikkeling**
- woensdag 9 november 2022: **start Brusjesgroep (voor kinderen van 8 - 12 jaar) - Voorhout**
- donderdag 10 november 2022: **CJG-webinar Je kind en alcohol en drugs**
- maandag 14 november 2022: **online CJG-workshop Ouderschap en hechting met je baby**
- dinsdag 15 november 2022: **CJG-webinar Je puber online**
- donderdag 17 november 2022: **online CJG-workshop Gezond en gezellig aan tafel**
- donderdag 17 november 2022: **CJG-webinar Help (en hoera) een scherm**
- donderdag 17 november 2022: **Get together voor jonge mantelzorgers**, Lisse
- maandag 21 november 2022: **start KOPP-KOV groep (8 - 16 jaar) - Noordwijkerhout**
- dinsdag 22 november 2022: **CJG-webinar Praten met je puber**
- maandag 12 december 2022: **online CJG-workshop Ouderschap en hechting met je baby**
- donderdag 15 december 2022: **CJG-webinar Kinderen en pittige emoties**
- donderdag 15 december 2022: **Get together voor jonge mantelzorgers - Lisse**

- t/m december 2022 terug te kijken: **CJG-webinar Kindje op komst**
- t/m december 2022 terug te kijken: **CJG-webinar Zo help je de kinderen een scheiding door**
- Brijder Preventie organiseert regelmatig de cursus **Help, mijn kind kan niet zonder!** Voor meer informatie en data: Margriet Katoen: T 06 - 302 152 79; E preventie@brijder.nl
- **GGZ Rivierduinen** biedt online programma's om psychische klachten te voorkomen of te verminderen
- **MEE Zuid-Holland Noord** biedt regelmatig gratis cursussen, trainingen en ontmoetingsgroepen aan. Zij bieden deze voor kinderen, jongeren en volwassenen met bijvoorbeeld een licht verstandelijke beperking, vorm van autisme of niet-aangeboren hersenletsel. Maar ook voor hun ouders, broers, zussen, partners en mantelzorgers.
- Villa Pinedo biedt een **online training voor alle gescheiden ouders**. De eerste module is gratis.
- Centering Zorg organiseert **online Centering-groepen voor Oekraïense zwangeren**
- Stichting Dear Mama organiseert Prenatale **groepsbijeenkomsten voor zwangere Arabisch sprekende vrouwen**
- **Online CenteringZorg voor Eritrese zwangeren**: iedere maand start er een nieuwe groep
- Op inschrijving: gratis **online cursus Alcoholvrij Zwanger**, Trimbos Instituut

Cursussen en trainingen voor professionals

Cursussen en trainingen voor professionals zijn te vinden op: www.cjgprof.nl/agenda

We lichten er een uit: **online training suicidepreventie**

Voor meer informatie en aanmelden

Thema: Social media en gamen

Week van de mediawijsheid 4 t/m 11 november



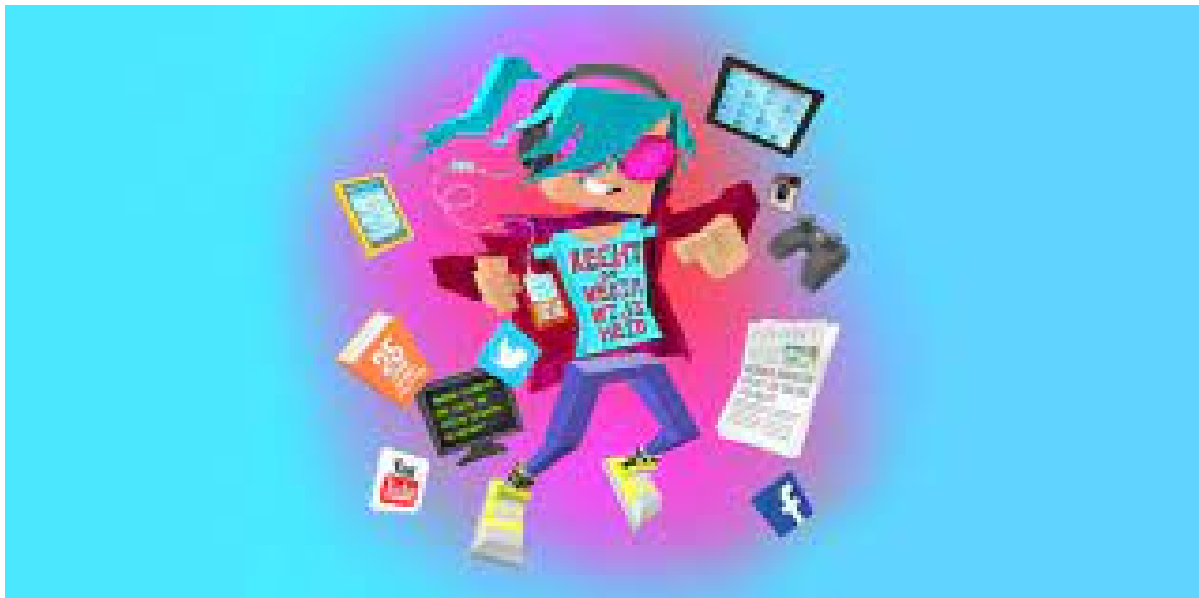
De Week van de Mediawijsheid (4 t/m 11 november 2022) heeft als thema 'Like en Cancel', en gaat over het stimuleren van sociaal gedrag online.

Via sociale media delen we leuke momenten uit ons leven en maken we ons hard voor wat we belangrijk vinden. Met een *like* geef je een positieve reactie op video's, berichten of reacties van anderen. Maar niet elke online interactie is leuk en soms gaat het mis. We begrijpen elkaar verkeerd en met de veiligheid van een scherm tussen ons in, is een nare reactie zo geplaatst. Een meningsverschil kan leiden tot ruzie, haatreacties of publiekelijk aan de digitale schandpaal genageld worden.

Uit de [peiling van Netwerk Mediawijsheid](#) blijkt dat bijna tweederde van de Nederlanders wel eens gezien of ervaren heeft dat iemand onterecht online gekwetst werd. Ook geeft vier op de tien ondervraagden aan zelf wel eens een nare reactie te hebben ontvangen.

Toch komen we niet in actie. Slechts de helft geeft aan bekenden, vrienden en familie aan te spreken op het online gedrag – en bij vreemden gaat maar 21% het gesprek aan. Ook ander pro sociaal gedrag, zoals actief mensen verdedigen en steunen, of ingrijpen als er een ruzie dreigt te ontstaan zien we te weinig. Dat kan beter!

Webinars voor ouders over social media en gamen



Er worden door verschillende organisaties webinars gegeven over beeldschermgebruik, social media en gamen.

Hieronder volgt een overzicht:

- [CJG-webinar Help \(en hoera\) een scherm](#), donderdag 17 november 2022

Voor ouders van kinderen 1 tot 9 jaar.

In dit webinar geeft Tischa Neve tips hoe je met je kinderen en schermen om kunt gaan en hoe je mediaopvoeding goed kunt voorbereiden.

- [CJG-webinar Je puber online](#), dinsdag 15 november 2022

Voor ouders/opvoeders van jongeren in leerjaar 1 van het voortgezet onderwijs.

Brijder heeft verschillende webinars voor ouders over dit onderwerp die kunnen worden terug gekeken:

- [Help mijn kind gamet](#)

Voor ouders van gamende kinderen tussen de 12 en 16 jaar.

- [Beeldschermgebruik](#)

Voor ouders van jongeren.

- [In gesprek met mijn kind over gamen en social media](#)

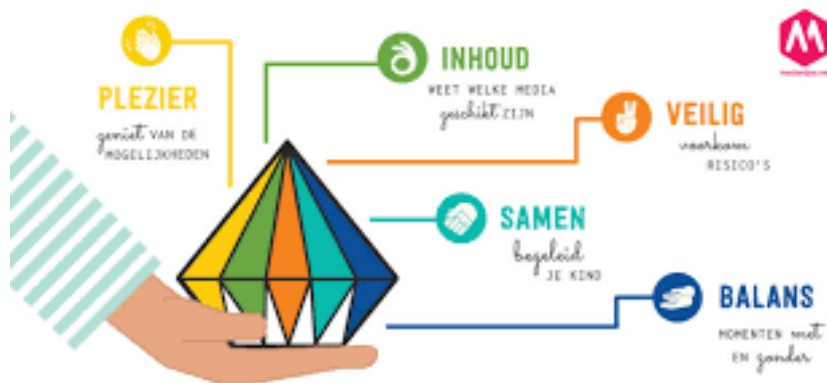
Voor ouders van jongeren.

Landelijk [webinar Like en cancel](#) in het kader van de Week van de Mediawijsheid, dinsdag 8 november 2022.

Voor ouders van kinderen in de bovenbouw van de basisschool.

MediaDiamant - Wegwijs in mediaopvoeding

De MediaDiamant is een opvoedmodel dat professionals en ouders helpt om kinderen van 0 tot 18 jaar op een bewuste en veilige manier met media te leren omgaan. Het model belicht 5 kanten van mediaopvoeding: plezier hebben, goede afspraken maken over veiligheid, goede inhoud kiezen, samen bezig zijn met media en een goede balans vinden.



Zo gebruik je de MediaDiamant als professional

NJi: tips voor mediagebruik



Zowel ouders als beroepskrachten hebben veel vragen over het mediagebruik van kinderen. Om professionals die werken met ouders te ondersteunen bij het mediawijs maken van kinderen ontwikkelde het Nederlands Jeugdinstituut de Toolbox Mediaopvoeding.

Er worden tips voor mediagebruik geven voor vijf

leeftijdscategorieën.

[Lees hier de tips voor mediagebruik](#)

Stop, meld, verwijder

“Het delen van naaktbeelden stopt bij jou!” Dat is de boodschap van een gezamenlijke campagne van het Expertisebureau Online Kindermisbruik ([EOKM](#)) en de politie. Door de campagne moeten scholieren, en ouders, er van doordrongen raken dat ze het doorsturen van schokkend beeldmateriaal in appgroepen kunnen stoppen.

“Het doorsturen van naaktbeelden en ander schokkend materiaal is niet nieuw,” stelt het EOKM. “In appgroepen komen onthoofdingen, mishandeling en kinderverkrachting langs. Vaak worden er ook naaktfoto’s of andere gevoelige beelden van medescholieren gedeeld. Zonder daarbij oog te hebben voor de impact ervan en het grote leed dat erdoor veroorzaakt wordt, uiteenlopend van eenzaamheid tot zelfs zelfmoord.”



De campagne hetstoptbijjou.nl startte eind augustus op verschillende socialmediakanalen. Via de speciale website krijg je in drie overzichtelijke stappen te zien wat je moet doen als je schokkend materiaal krijgt doorgestuurd

1. Stop de verspreiding
2. Meld het (bijvoorbeeld via hetstoptbijjou.nl)
3. Verwijder de beelden

Ander nieuws

Free Toys Market in Lisse

Vaak hebben kinderen veel speelgoed. Wanneer ze er niet meer mee spelen of er te oud voor zijn, kun je overwegen om het weg te doen. In deze tijd zijn er steeds meer ouders die niet voldoende middelen hebben om rond de feestdagen cadeaus voor hun kinderen te kopen. De Albert Heijn, Voor Ieder1 en het CJG in Lisse slaan de handen in één en organiseren een Free Toys Market voor deze gezinnen.



Tussen 7 en 20 november kan speelgoed dat nog goed, compleet en schoon is ingeleverd worden bij de Albert Heijn in Lisse (Blokhuys 67). Hierbij kan je denken aan speelgoed als Lego, Playmobile, poppen en toebehoren, auto's, puzzels, spelletjes en ander goed speelgoed. We ontvangen liever geen knuffels.

Voor Ieder1 en het CJG gaan de Free Toys Market organiseren, waar ouders één tas met speelgoed kunnen uitzoeken. **Op woensdag 23 november kunnen ouders die wel een steuntje in de rug kunnen gebruiken tussen 09.00 en 12.00 uur en tussen 19.00 en 21.00 uur speelgoed komen uitzoeken bij het CJG aan de Grachtweg 38 in Lisse.**

Zo schakel je een tolk in



Het inschakelen van een tolk is vaak een zoek en gedoe! Daarom pleit de Johannes Wier Stichting voor gezondheidszorg en mensenrechten voor één 0800-nummer om een tolk in te schakelen, voor de hele zorgsector.

Zo lang dat ene 0800-nummer er niet is, vind je hier hoe je een tolk regelt, toegespitst op jouw sector.

Zo schakel je een tolk in

Kerstengelproject van Stichting Present

Het najaar is hier en het aftellen naar kerst is alweer bijna begonnen. Waar de kersttijd voor de één een periode van gezelligheid met familie en vrienden is, is het voor de ander een periode van eenzaamheid. Hoe mooi zou het zijn als we in deze bijzondere tijd meer naar elkaar omzien en een beetje extra aandacht geven aan de mensen die het nodig hebben? Daarom heeft Stichting Present dit jaar opnieuw het Kerstengelproject in het leven geroepen!

Ken je iemand bij jou in de buurt die wel wat extra aandacht verdient? Geef hem of haar dan **voor 5 november** op als ontvanger van Kerstengel presentjes.



Je kunt hier iemand aanmelden als ontvanger van kerstengelpresentjes

Energiebespaardienst



Inwoners van Hillegom die het hardst getroffen zijn door de stijgende energieprijzen en die in een slecht geïsoleerd huis wonen, kunnen een gratis adviesgesprek en ook praktische hulp krijgen bij het verlagen van de energiekosten door coaches van de

speciale Energiebespaardienst.

De gemeente werkt aan een energienoodfonds waar inwoners in acute financiële nood binnenkort een beroep op kunnen doen. Ook stelt de gemeente de energietoeslag van € 1.300 aan meer mensen beschikbaar. Deze extra maatregelen komen bovenop de financiële regelingen van het kabinet, die op dit moment uitgewerkt worden.

Informatie over alle regelingen is te vinden op www.isdbollenstreek.nl, telefoon [0800 95 67 000](tel:08009567000) of info@isdbollenstreek.nl.



telefoonnummer:
088 254 23 84



Deze e-mail is verstuurd aan evanberkel@ggdhm.nl. • Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich [hier afmelden](#). • U kunt ook uw [gegevens inzien en wijzigen](#). • Voor een goede ontvangst voegt u evanberkel@ggdhm.nl toe aan uw adresboek.

