

GROENTJES LATEN ETEN.
#OMTEBLEITEN



EN DAT IS DIK OKÉ.

Het leven als jonge ouder? Dat is soms **#omtebleiten**.
Maar geloof ons, je bent niet alleen ook al gebeurt dat bleiten vaak achter de schermen.
Daarom organiseert CM in samenwerking met experts **brunchsessies en infosessies** om beter om te gaan met (tijds)druk en sociale verwachtingen.

GROENTJES LATEN ETEN.
#OMTEBLEITEN



EN DAT IS DIK OKÉ.

Het leven als jonge ouder? Dat is soms **#omtebleiten**.
Maar geloof ons, je bent niet alleen ook al gebeurt dat bleiten vaak achter de schermen.
Daarom organiseert CM in samenwerking met experts **brunchsessies en infosessies** om beter om te gaan met (tijds)druk en sociale verwachtingen.

Ouders achter de schermen - infosessies en brunchsessies

Vanuit CM willen we jou graag tips meegeven die kunnen helpen om te leren omgaan met de tijdsdruk en sociale druk die het ouderschap met zich meebrengt. **Daarom nemen we je mee achter de schermen van het ouderschap.**

Een infosessie of toch liever een brunchsessie

Het is niet altijd evident om je als jonge ouder vrij te maken voor een infosessie, ook al heb je veel interesse in het onderwerp. Daarom organiseren we ook enkele brunchsessies. Tijdens de sessie kan je volop genieten van een gezellige en lekkere brunch! Je kindjes zijn bovendien welkom, voor hen is opvang voorzien!

Praktisch

Data en locaties

datum	infosessie	titel met naam expert	locatie
13 februari (19.30 - 21.30 uur)	Assertief grenzen trekken	Erna Claes	Huis van het kind Zaventem: Diegemstraat 37, Zaventem
17 maart (10 - 13 uur)	Brunchsessie	Nina Mouton	Huis van het kind Beersel: zaal BLOKBOS, Beerselstraat 2, Lot
26 mei (10 - 13 uur)	Brunchsessie	Barbele Kindt	Huis van het kind Brussel: Gaucheretstraat 164, Schaarbeek
15 september (10 - 13 uur)	Brunchsessie	Eva Brumagne	Huis van het kind Asse: Gasthuisstraat 2, Asse
10 oktober (10 - 13 uur)	Stress en veerkracht bij ouders	Michael Portzky	Huis van het kind Pajot

De volledige omschrijving van de infosessies kan je vinden op www.cm.be/oudersachterdeschermen

Deelnameprijs

Infosessie

- CM-lid: 2 euro;
- CM-lid met verhoogde tegemoetkoming: 0 euro;
- niet-lid: 2 euro.

Brunchsessie

- CM-lid: 10 euro;
- CM-lid met verhoogde tegemoetkoming: 5 euro;
- niet-lid: 10 euro.

Inschrijven en meer info

Het inschrijvingsformulier of meer info kan je terugvinden op www.cm.be/agenda (rubriek 'Ouders achter de schermen'), gezondheidsbevordering.smb@cm.be of 02 240 85 06.

Ouders achter de schermen - infosessies en brunchsessies

Vanuit CM willen we jou graag tips meegeven die kunnen helpen om te leren omgaan met de tijdsdruk en sociale druk die het ouderschap met zich meebrengt. **Daarom nemen we je mee achter de schermen van het ouderschap.**

Een infosessie of toch liever een brunchsessie

Het is niet altijd evident om je als jonge ouder vrij te maken voor een infosessie, ook al heb je veel interesse in het onderwerp. Daarom organiseren we ook enkele brunchsessies. Tijdens de sessie kan je volop genieten van een gezellige en lekkere brunch! Je kindjes zijn bovendien welkom, voor hen is opvang voorzien!

Praktisch

Data en locaties

datum	infosessie	titel met naam expert	locatie
13 februari (19.30 - 21.30 uur)	Assertief grenzen trekken	Erna Claes	Huis van het kind Zaventem: Diegemstraat 37, Zaventem
17 maart (10 - 13 uur)	Brunchsessie	Nina Mouton	Huis van het kind Beersel: zaal BLOKBOS, Beerselstraat 2, Lot
26 mei (10 - 13 uur)	Brunchsessie	Barbele Kindt	Huis van het kind Brussel: Gaucheretstraat 164, Schaarbeek
15 september (10 - 13 uur)	Brunchsessie	Eva Brumagne	Huis van het kind Asse: Gasthuisstraat 2, Asse
10 oktober (10 - 13 uur)	Stress en veerkracht bij ouders	Michael Portzky	Huis van het kind Pajot

De volledige omschrijving van de infosessies kan je vinden op www.cm.be/oudersachterdeschermen

Deelnameprijs

Infosessie

- CM-lid: 2 euro;
- CM-lid met verhoogde tegemoetkoming: 0 euro;
- niet-lid: 2 euro.

Brunchsessie

- CM-lid: 10 euro;
- CM-lid met verhoogde tegemoetkoming: 5 euro;
- niet-lid: 10 euro.

Inschrijven en meer info

Het inschrijvingsformulier of meer info kan je terugvinden op www.cm.be/agenda (rubriek 'Ouders achter de schermen'), gezondheidsbevordering.smb@cm.be of 02 240 85 06.