

Mei de maand van de moeder

Of je nu al moeder bent of gaat worden of jou moeder er wel of niet was en of je wel of niet op je moeder wil lijken...
Allemaal weten wij dat moeders belangrijk zijn.
Ook al doen wij als moeders het niet altijd goed en deden onze moeders het ook niet perfect, moeders zijn de basis van hoe een kind in het leven komt te staan. Die aai over de bol, het slaapliedje en de sussende stem van mama zorgt ervoor dat de wereld minder eng is. Wat een belangrijke taak heeft een moeder!
Het is hard werken, het is 24 uur zeven dagen per week dat jij een moeder bent.

Moederdag is de enige dag dat hier bij stil gestaan wordt.
Wat jullie betekenen voor jullie kind en wat jou moeder voor jou heeft betekend. In de maand van de moeders eren wij jullie allemaal voor al het fantastische wat jullie doen, jullie onvoorwaardelijke liefde en zorg.



Het ontmoetingscentrum 'Jonge Ouders' is een initiatief van:



en wordt mede mogelijk gemaakt door:



Activiteiten Leeuwarden



Jonge Moedergroep

We hebben de afgelopen maand weer leuke activiteiten gedaan bij de Jonge Moedergroep. Zo hebben we ons verdiept in babytaal. Wisten jullie dat baby's op verschillende manier kunnen huilen en geluiden maken en dat bij elk geluid een bepaalde behoefte hoort? Wij hebben hier tijdens de Jonge Moedergroep een dvd over gekeken, waarin uitgelegd wordt hoe je de geluiden kunt herkennen en wat je dan kunt doen. Gekoppeld aan het thema 'gezonde voeding' hebben we heerlijke smoothies gemaakt. En natuurlijk zijn we ook weer creatief bezig geweest. Met stof en textielstift hebben we witte rompertjes versierd. Een uniek en zelfgemaakt rompertje voor je baby!

23+ Groep

Afgelopen maand was het thema gezonde voeding. We hebben met z'n allen een gezonde kindertraktatie gemaakt in de vorm van een vlinder met rozijnen. Ook hebben we lekkere smoothies gemaakt. Heidi Renou van de vlinderdans heeft een workshop gegeven tijdens de 23+. Een workshop van onmacht naar kracht. We zijn ook nog creatief wezen haken. Er is ook een jonge ouderraad georganiseerd. Dit was onder het genot van een high tea. Volgende maand hebben we iemand uitgenodigd die het een en ander komt vertellen over financiën. Ook hebben wij een diëtiste uitgenodigd. Jullie zijn allemaal welkom!



Themamiddag

De themamiddag stond in het thema van gezonde voeding. Tijdens de themamiddag stonden suikers centraal. We hebben de kennis van de jonge ouders getest en vergroot doormiddel van een quiz en een filmpje over suikers. Daarna hebben we met de jonge ouders en de kinderen suikerloze recepten gemaakt en heerlijk met z'n allen opgegeten. Het was een geslaagde themamiddag!

Ouder en Kind zwemmen

Op 20 april was er weer ouder en kind zwemmen voor kinderen van 3 maanden tot 1 jaar. De ouders en kinderen hebben genoten van het zwemmen en hadden veel plezier. Het volgende ouder en kind zwemmen stond gepland op maandag 25 mei, maar vanwege Pinksteren gaat dit **niet** door. Op dinsdag 26 mei is er zwemmen voor kinderen van 1-4 jaar.



Lunchbijeenkomst

Woensdag 8 april hebben we weer een ontzettend leuke lunchbijeenkomst gehad! Het thema dit keer was; gezonde voeding. We hadden onder andere hele lekkere, gezonde broodjes gemaakt en heerlijke fruitspiesjes. Voor dit thema hadden we een leuke activiteit met de schijf van vijf. Ieder schreef zijn of haar voedingspatroon op. Hierdoor kreeg hij/zij inzicht in wat je nu precies eet op een dag. De opkomst was super! Op 19 mei staat er weer een lunchbijeenkomst gepland, welke in het teken zal staan van "de moeder". Wij hopen dat de opkomst minstens zo groot zal zijn! Tot dan!

Jonge ouderraad Leeuwarden

Tijdens de 23+ is er een jonge ouderraad georganiseerd onder het genot van een high tea. De activiteiten van afgelopen tijd zijn besproken. Ook is er gevraagd wat jonge ouders van de thema's vonden en of er nog specifieke dingen aan bod mogen komen tijdens de activiteiten. We gaan ons best doen de verschillende ideeën en tips terug te laten komen in het aanbod van de komende tijd.

Activiteiten Heerenveen

Lunchbijeenkomst

Op 10 april was er weer een lunchbijeenkomst. Het thema was deze maand gezonde voeding. Voorafgaand aan de activiteit hebben de medewerkers een presentatie gegeven over gezonde voeding en het belang hiervan. Tevens is er een spel gedaan met de kinderen, waarbij zij groente en fruit mochten raden. Aansluitend hebben we met zijn allen van een gezonde lunch genoten en gezellig gekletst!



Ouder en kind zwemmen

Op vrijdag 24 april was er weer ouder- en kind zwemmen in Heerenveen. We hebben samen met de kinderen liedjes gezongen en gespeeld met de ballen en gietertjes. Tevens was er zwemmen voor zwangere, jonge moeders. Ben je zwanger en heb je zin om even te ontspannen? Stuur ons dan even een berichtje!



Het ontmoetingscentrum 'Jonge Ouders' is een initiatief van:



en wordt mede mogelijk gemaakt door:



Activiteiten mei

Thema: Maand van de moeder

Datum	Activiteit	Locatie	Tijd
13-05-2015	Foto-shoot S-OJO Leeuwarden	S-OJO Leeuwarden Marowijnestraat 18	13:00-16:00
15-05-2015	Foto-shoot OJO Heerenveen	OJO Heerenveen Abe Lenstra Boulevard 29	13:00-16:00
19-05-2015	Lunchbijeenkomst S-OJO Leeuwarden	S-OJO Leeuwarden Marowijnestraat 18	12:30-14:00
22-05-2015	Lunchbijeenkomst OJO Heerenveen	OJO Heerenveen Abe Lenstra Boulevard 29	14:00-16:00
25-05-2015	Geen Ouder en kind zwemmen 0-1 S-OJO Leeuwarden i.v.m. Pinksteren		
26-05-2015	Ouder en kind zwemmen 1-4 S-OJO Leeuwarden	Zwembad Kalverdijkje Kalverdijkje 77A	11:00-11:30
29-05-2015	Ouder en kind zwemmen OJO Heerenveen	Sportschool Ebert Heerenveen Jan Mankeslaan 35	11:15-11:45
3-05-2015 8-05-2015		OJO gesloten wegens meivakantie!	

Datum	Activiteit	Locatie	Tijd
Iedere donderdag	23+ groep	OJO Leeuwarden Marowijnestraat 18	09:30 – 12:00
Donderdag 14 mei	Geen 23+ i.v.m. hemelvaart!		
Iedere vrijdag	Jonge moedergroep	OJO Leeuwarden Marowijnestraat 18	09:30 – 12:00

Kijk voor meer informatie op onze website
www.ontmoetingscentrumjongeouders.nl

Het ontmoetingscentrum 'Jonge Ouders' is een initiatief van:



en wordt mede mogelijk gemaakt door:

