

## **Eén platform voor gratis cursussen over opvoeden, opgroeien en gezondheid**

**Eerste hapjes, schermtijd, puberteit... soms kan je wel een beetje hulp of advies gebruiken of wil je je ervaringen delen met anderen. Bezoek dan ons cursusplatform. Daarop vind je een overzichtelijk aanbod van webinars, themabijeenkomsten en cursussen. Over gezondheid, opvoeding en opgroeien. Met één muisklik vind je de juiste cursus. En nog gratis ook!**

Liep jij ook wel eens vast in de grote hoeveelheid aanbieders en cursussen in de regio Rotterdam-Rijnmond? Dankzij ons vernieuwde cursusplatform hoeft dat niet meer. Op [cjrjmond.nl/cursus](http://cjrjmond.nl/cursus) vind je razendsnel de cursus die bij jou of je kind past. Het cursusplatform is er voor (aanstaande) ouders en verzorgers, kinderen en jongeren. Een deel van de cursussen, themabijeenkomsten en webinars over opvoeden, opgroeien en gezondheid organiseren we zelf, de rest bieden onze samenwerkingspartners aan.

### **Je staat er niet alleen voor**

Natuurlijk zijn er de vaste consulten op verschillende leeftijden en onze inlooppreekuren. Maar soms wil je wat meer weten over een bepaald onderwerp, bijvoorbeeld als ruggensteun of geruststelling. Een cursus of themabijeenkomst kan dan helpen. Of je nu informatie of tips wilt, of ervaringen wilt delen met andere ouders: wij zijn er voor elk kind en elk gezin. Je staat er niet alleen voor.

### **Op locatie én online**

De [cursussen en themabijeenkomsten](#) vinden niet alleen op locatie plaats; ons online aanbod van webinars en cursussen groeit. Je hoeft er dus niet meer je huis voor uit en kan ze lekker volgen vanuit je luie stoel. En ze zijn gratis, net als de cursussen en themabijeenkomsten die op locatie worden georganiseerd. Er zijn webinars bijvoorbeeld over mediaopvoeding (voor peuters, basisschoolkinderen én pubers), starten met oefenhapjes en praten met je kind.

Heb je je ingeschreven, maar kun je de webinar toch niet bijwonen? Dan kun je 'm altijd later nog terugkijken!

### **De jeugdverpleegkundige op school**

Aan iedere school is een jeugdverpleegkundige verbonden, waar je ook jouw vragen aan kan stellen. Bijvoorbeeld over voeding, beweging, slapen, luisteren of (faal)angst. Geen vraag is ons te gek!

- Voor de Prinses Maxima School is dit Sybrecht Oenema
- Telefoonnummer: 088 - 20 10 000 of 06 - 38600735
- E-mail: [s.oenema@cjrjmond.nl](mailto:s.oenema@cjrjmond.nl)

### **Geen vraag is ons te gek**

CJG Rijnmond is dé plek waar (aanstaande) ouders, verzorgers, kinderen en jongeren terecht kunnen met vragen over opvoeden, opgroeien en gezondheid. Vanaf de zwangerschap totdat je kind 18 jaar is, kijken we op verschillende momenten of jouw kind zich goed ontwikkelt. Dit doen we via (beeld)bellen, bij jou thuis, op onze CJG-locaties én op school. Naast jeugdverpleegkundigen werken er ook jeugdartsen, (dokters) assistenten, (ortho)pedagogen en andere deskundigen om gezond en veilig opgroeien mogelijk te maken. Ga voor meer informatie over het CJG of opvoedinformatie naar [cjrjmond.nl](http://cjrjmond.nl).