

# CAMPUS

# O<sup>3</sup>

Aanbod voorjaar 2019

## WAT IS CAMPUS O<sup>3</sup>?

Campus O<sup>3</sup> bundelt alle Genkse dienstverlening voor gezinnen, van kindertoes tot 24 jaar.

Campus O<sup>3</sup> is de thuisbasis van onder meer de Opvoedingswinkel, Kind & Gezin, Kind & Preventie en Kind & Taal. Hier stap je binnen voor een babbel, informatie over opvoeden en opgroeien, spel- en ontmoetingsaanbod, adviesgesprekken, pedagogische trajecten, trainingen, workshops en nog zo veel meer.

In deze kalender vind je het vormingsaanbod. Ook via onze website en Facebookpagina blijf je op de hoogte van onze activiteiten!

## VOOR WIE IS CAMPUS O<sup>3</sup>?

Campus O<sup>3</sup> richt zich naar gezinnen met kinderen en jongeren van kindertoes tot 24 jaar oud maar ook naar professionals zoals opvoeders, leerkrachten en begeleiders.

## WAAR VIND JE CAMPUS O<sup>3</sup>?

**Genk-Centrum** → Jaarbeurslaan 19

**Genk-Zuid** → Bijlkestraat 18

**Genk-Noord** → Minderboedersstraat 6

T 089 36 79 40 - [info@campuso3.be](mailto:info@campuso3.be) - [www.campuso3.be](http://www.campuso3.be)



CAMPUS O<sup>3</sup>

## JANUARI

### I A BORSTVOEDINGSSALONS

Hier krijg je uitgebreide, maar toegankelijke informatie over borstvoeding in een kleine groep. We pakken het op een gezellige, interactieve manier aan. In elke sessie komen er andere onderwerpen aan bod. En met al je vragen kan je ook terecht bij een deskundige borstvoedingsconsulente.

18/1; 15/2; 15/3; 19/4; 17/5; 21/6, telkens van 20 tot 22u

Campus O<sup>3</sup> Genk-Centrum, Jaarbeurslaan 19

5 euro (hapje, drankje, infobrochure)

E lut.brouwers@borstvoedingvzw.be

### A LEKKER KNUS!

Heeft je kind geen zin om de pyjama uit te trekken deze ochtend? Wel, dat hoeft niet! Kom samen met je kind gezellig luisteren en lekker smullen tijdens dit voorleesontbijt. Dat is niet alleen leuk: voorlezen stimuleert de interesse in boeken en de taalontwikkeling van je kind. Voor (groot)ouders samen met hun kind(eren) tussen 2,5 en 8 oud.

19/1 van 9 tot 11.30u

Campus O<sup>3</sup> Genk-Noord, Minderbroedersstraat 6

Gratis

T 089 36 79 40  
E info@campuso3.be

### I DE INVLOED VAN SCHERMGEBRUIK

Onze wereld wordt steeds 'digitaler'. We vinden het normaal dat kinderen al op jonge leeftijd naar smartphone of tablet kijken. We onderzoeken hier de invloed van veelvuldig schermgebruik op je kind. Hoe zorgt de zittende leefstijl voor bijvoorbeeld rugklachten? Waarom dragen steeds meer kinderen een bril? Wat is de invloed van schermgebruik op de oogzamenwerking? Heeft dit impact op de schoolse prestaties?

21/1 om 20u

1 Sas, Schuttenbergstraat 2 As

Gratis

T 089 39 10 09  
E welzijn.senioren@as.be

### I PEUTERS, LIEF MAAR LASTIG

Infosessie voor ouders over de peuterpuberteit.

23/1; 20/3 OF 22/5, telkens van 19 tot 21u

Campus O<sup>3</sup> Genk-Centrum, Jaarbeurslaan 19

Gratis

T 078 150 100

### A BABYMASSAGE

Door een rustgevende massage laat je je kind ontspannen en creëer je een warme band met je baby (1,5 - 6 maanden oud). De beste remedie tegen huiluurttjes, darmkrampjes en slapeloze momenten.

23/1; 27/2; 27/3; 24/4; 22/5 OF 26/6 van 18.30 tot 19.30u in

Campus O<sup>3</sup> Genk-Centrum, Jaarbeurslaan 19

5/2; 5/3; 7/5 OF 4/6 van 18.30 tot 19.30u in het Consultatiebureau Oudsbergen, Rozenstraat 3  
Telkens van 18.30 tot 19.30u

Gratis

T 011 280 280  
E wegwijs.limburg@cm.be

### A PEUTERS IN ACTIE!

Bewegen en spelen is erg belangrijk voor peuters. Tijdens deze workshop krijg je een brede waaier aan spelimpulsen en beweegtips waar je thuis makkelijk mee aan de slag kan. Voor (groot)ouders samen met hun peuter tussen 1,5 en 3 jaar oud.

26/1 van 9.30 tot 10.30u in  
Campus O<sup>3</sup> Genk-Centrum, Jaarbeurslaan 19

27/4 van 9.30 tot 10.30u in  
Campus O<sup>3</sup> Genk-Zuid, Bijlkestraat 18

Gratis

T 011 280 280  
E wegwijs.limburg@cm.be

## FEBRUARI

### I KINDERBIJSLAG WORDT GROEIPAKKET

Sinds januari 2019 neemt Vlaanderen de uitbetaling van de kinderbijslag over. De kinderbijslag heet dan voortaan het Groeipakket. Maar wat is er veranderd? Wat moet je weten als ouder? Hoe vraag je je groeipakket aan? En bij wie? Bij ons kom je het te weten!

7/2 van 13 tot 14.30u in  
Campus O<sup>3</sup> Genk-Zuid, Bijlkestraat 18

14/2 van 19 tot 20.30u in  
Campus O<sup>3</sup> Genk-Centrum, Jaarbeurslaan 19

Gratis

T 089 36 79 40  
E info@campuso3.be

### C BASISCURSUS KINDERGRIME

Wil je het grimeren echt in de vingers krijgen, dan is deze basis cursus een unieke kans! Je leert over de materialen en hoe ze te gebruiken. Je oefent de basistechnieken en dan ga je aan de slag met verschillende ontwerpen zoals vlinder, tijger, prinses, ... Ook jouw eigen creatieve design mag niet ontbreken! Tussendoor krijg je tips over hoe je omgaat met kinderen tijdens het grimeren.

11/2; 18/2 én 25/2, telkens van 19.30 tot 22.30u

GSC den Ichter, Gildenstraat 16 Oudsbergen (voorheen Kapelstraat Opgl.)

42 euro – 30 euro (reductieprijs) – 9 euro (Verhoogde Tegemoetkoming)

T 011 560 100  
W <https://www.vormingplus-limburg.be/basiscursus-kindergrime-22>

### I HOU ZE VAST EN LAAT ZE LOS!

Ook voor pubers kan je terecht in de Opvoedingswinkel! We organiseren opnieuw enkele thematische, interactieve infoavonden. Je mag zelf kiezen aan welke bijeenkomsten je deelneemt.

14/2: Pubers en de puberteit  
14/3: Pubers en financiële opvoeding  
25/4: Pubers en communiceren  
Telkens van 20 tot 21.30u

Campus O<sup>3</sup> Genk-Centrum, Jaarbeurslaan 19

Gratis

T 089 36 79 40  
E info@campuso3.be

### A VERTELTHEATER RIL DE RUPS

Dit verteltheater leert kinderen over hun twijfels en het 'niet durven'. Ril is een rups, bang om in vlinder te veranderen. Op een nacht vertrekt ze uit de tuin en gaat Bart naar haar op zoek. Of hij haar vindt en of ze gaat veranderen, ontdek je in het verteltheater door Bart Van Puyenbroeck. Voor ouders en hun kinderen, 4 tot 8 jaar.

16/2 om 14u

Campus O<sup>3</sup> Genk-Zuid, Bijlkestraat 18

Gratis

T 089 36 79 40  
E info@campuso3.be

### I OMA & OPA ZONDER STRESS

Grootouder zijn is een geweldige privilege, maar soms brengt het ook onverwachte uitdagingen met zich mee. Hoe kan je een goede balans maken tussen mee opvoeden en lekker verwennen? Hoe geef je aan waar je grenzen als grootouder liggen? Want één ding is zeker: oma of opa zijn is fantastisch!

19/2 om 20u

Huis van het Kind Zutendaal, Blookbergstraat 3

Gratis

T 089 62 94 52  
E welzijn@zutendaal.be

### C DRUK, DRUK, DRUK

Samenkomsten voor ouders die kinderen met ADHD hebben in het lager onderwijs. Wat is ADHD? Welke ondersteuning biedt medicatie? Hoe helpt positief ouderschap? Hoe pak ik de opvoeding aan? Hoe kan ik mijn kind ondersteunen met school? Opgelet: om deel te nemen moet de diagnose ADHD vastgesteld zijn.

26/2; 12/3; 26/3 EN 23/4, telkens van 19.30 tot 21.30u

CAR Genk, Welzijns-campus 23/1

Gratis

T 089 35 03 37  
E e.derks@groepitp.be

## MAART

### C BABY OP KOMST?!

In 9 bijeenkomsten verneem je alles wat je moet weten over de zwangerschap, bevalling, voeding en verzorging van je baby. Begeleiding: vroedvrouwen, verpleegkundigen en andere professionals. Kinderopvang mogelijk voor kinderen die nog niet naar school gaan. Reserveer een opvangplaats bij je inschrijving.

12/3: Zwangerschap  
19/3: Bevallen  
26/3: Verzorging moeder en hechting baby  
2/4: Verzorging van de baby  
23/4: Borstvoeding  
30/4: EHBO bij baby's  
7/5: Kinderrechten en kinderopvang  
14/5: Bambino: de laatste weetjes en een gezellige afsluiter  
21/5: Partnerschap naast ouderschap  
Telkens van 9.30 tot 11.30u

Campus O<sup>3</sup> Genk-Zuid, Bijlkestraat 18

Gratis

T 089 36 79 40  
E info@campuso3.be

### I A PEUTERKLASJES

Terwijl je zelf deelneemt aan een reeks informatiebijeenkomsten, leert je kind afscheid nemen van mama en/of papa. Dit zijn 5 opeenvolgende sessies voor ouder(s) samen met hun peuter tussen 2 en 2,5 jaar oud.

2/3: Voor het eerst naar de kleuterschool  
9/3: Zindelijkheid en voorlezen  
16/3: Belonen en straffen  
23/3: Slapen  
30/3: Eten  
Telkens van 9 tot 11u

Campus O<sup>3</sup> Genk-Centrum, Jaarbeurslaan 19

Gratis

T 089 36 79 40  
E info@campuso3.be

### I A INTERACTIEF VOORLEZEN

Hier krijg je uitleg over het verloop van de taalontwikkeling en tips & tricks om leuk én interactief voor te lezen aan jonge kinderen. We overlopen verschillende soorten kinderboeken en geven ook een demonstratie. Daarnaast is er ruimte om uit te wisselen over eigen ervaringen. Een interactieve avond voor ouders van kinderen tussen 0 en 3 jaar oud.

12/3 van 19 tot 20.30u

Campus O<sup>3</sup> Genk-Centrum, Jaarbeurslaan 19

Gratis

T 089 36 79 40  
E info@campuso3.be

### C SAMEN DOOR ÉÉN DEUR: OUDERGROEP NIEUWE AUTORITEIT

Hier leer je opnieuw gezag installeren bij je puberende of adolescente kinderen. "Omdat pa het zegt" werkt niet meer. "Doe maar op" leidt tot onaanvaardbaar risicogedrag. De middenweg heet 'Nieuwe Autoriteit'. Deze reeks is voor ouders van jongeren vanaf 12 jaar en wordt vooraf gegaan door intakegesprek. Zo zijn we zeker dat het aanbod past bij je verwachtingen.

12/3; 19/3; 2/4; 23/4 EN 30/4, telkens van 19 tot 21 uur. De laatste datum wordt in samenspraak met de groep vastgelegd.

Campus O<sup>3</sup> Genk-Centrum, Jaarbeurslaan 19

Gratis

Intakegesprek aanvragen:  
T 089 36 79 40  
E silvana.prochilo@campuso3.be

### I VOOR HET EERST NAAR DE KLEUTERSCHOOL

Hoe kan je je voorbereiden op de belangrijke stap van je kind naar de kleuterschool? Je verneemt er alles over tijdens deze infosessie! Je kan kiezen uit één van onderstaande datums en locaties. In het najaar zijn er nieuwe sessies.

13/3 om 9.30u: Campus O<sup>3</sup> Genk-Zuid, Bijlkestraat 18\*  
14/3 om 9.30u: Kinderdagverblijf Familia, Halmstraat 3\*\*  
19/3 om 18.30u: Kinderdagverblijf AD Wombat, Schiepse Bos 1\*\*\*  
26/3 om 9.30u: Campus O<sup>3</sup> Genk-Centrum, Jaarbeurslaan 19\*

5/4 om 9.30u: Campus O<sup>3</sup> Genk-Noord, Minderbroedersstraat 6\*

\* Kinderopvang mogelijk voor niet-schoolgaande kinderen.

\*\* Kinderopvang mogelijk voor niet-schoolgaande kinderen. Reserveer tijdig een plaats via T 089 38 02 34 of info@kdvfamilia.be

\*\*\* Kinderopvang mogelijk voor kinderen tot 6 jaar. Reserveer tijdig een plaats via T 089 32 59 90 of info@kdwombat.be

Gratis

T 089 36 79 40  
E info@campuso3.be

### I BOOK@HOME

Ben je die Tupperware-party's beu? Kom dan naar een 'Book@home-party'! Gil Geron van Narrata presteert de leukste voorleesboeken voor kinderen tussen 2 en 13 jaar. Je krijgt van hem tips over voorlezen en over welke boeken aanspreken. Ontdek ze met ons, snuister in de (multiculturele) boeken en geniet van een gezellige avond. Vrijblijvend kan je hier boeken aankopen.

27/3 van 19.30 tot 21.30u

Campus O<sup>3</sup> Genk-Centrum, Jaarbeurslaan 19

Gratis

T 089 36 79 40  
E info@campuso3.be

### I A MEE OPVOEDEN ALS GROOTOUDER

Iedereen wil graag een goede grootouder zijn. Mee opvoeden is leuk én uitdagend. Hoe is het om grootouders te zijn in onze samenleving? Welk type grootouder ben je en hoe zorg je voor een goede relatie en communicatie met je (schoon)kind? In deze interactieve vorming kijk je bewust naar je rol als grootouder en krijg je concrete tips.

27/3 én 24/4, telkens van 19 tot 21.30u

Dienstencentrum Troempelke, Gildenstraat 10 Oudsbergen (voorheen Kapelstraat Opgl.)

3 euro

T 089 81 01 42  
E marjon.quax@opglabbeek.be



## APRIL

### I GENOEG GEGAMED?

Gamen is de laatste jaren veel meer dan 'spellekes spelen'. Heel wat kinderen, jongeren en volwassenen doen het in hun vrije tijd op een gezonde of verantwoordelijke manier. Maar er is ook een groep met risicovol of problematisch gamegedrag. Hoe herken je de signalen en wat kan je eraan doen? Deze infosessie geeft antwoord op al jouw vragen.

23/4 van 19.30 tot 21.30u

Campus O<sup>3</sup> Genk-Centrum, Jaarbeurslaan 19

Gratis

T 089 36 79 40  
E info@campuso3.be

### A KLANKENBAD: MUZIEK IN DE OREN!?

'Klankenbad', dat zijn de eerste stappen in muzikale ontwikkeling voor de allerkleinsten. Tijdens deze workshopsreeks laten we kinderen tussen 0 en 3 jaar oud samen met hun ouder(s) kennismaken met muzikaliteit, onder begeleiding van de professionals van Musica, Impulscentrum voor Muziek.

27/4; 4/5; 18/5 EN 25/5  
Van 9 tot 9.30u: voor ouders samen met hun kind tussen 0 en 9 maanden oud.  
Van 10 tot 10.30u: voor ouders samen met hun kind tussen 10 en 18 maanden oud.  
Van 11 tot 11.30u: voor ouders samen met hun kind tussen 19 en 36 maanden oud.

Campus O<sup>3</sup> Genk-Centrum, Jaarbeurslaan 19

Gratis

T 089 36 79 40  
E info@campuso3.be

## MEI

### I BABYGEBAREN

Met babygebaren tonen baby's tussen 0 en 12 maanden wat ze nodig hebben, wat ze zien of wat er in hen omgaat. Tijdens deze infosessie kom je meer te weten over het communiceren met je baby en is het vooral leuk om dit achteraf thuis samen met je baby te doen.

8/5 om 20u

Huis van het Kind Zutendaal, Blookbergstraat 3

Gratis

T 089 62 94 52  
E welzijn@zutendaal.be

### A FEESTELIJKE VERJAARDAG TUTTENBOOM

Onze Tuttenboom wordt 2 jaar! Kom samen met je kind afscheid nemen van de tut tijdens dit verjaardagsfeest met randanimatie. Bereid het afscheid van de tut alvast voor met het voorleesboekje en de aftelkalender verkrijgbaar in Campus O<sup>3</sup> of via de website.

22/5 van 16 tot 17u

Tuttenboom grasveld Limburghal, Jaarbeurslaan 6  
(tov Campus O<sup>3</sup> Genk-Centrum)

Gratis

T 089 36 79 40  
E info@campuso3.be

## JUNI

### A DANI'S MUZIKALE VERHAAL: LUUK EN LOTJE - HET IS ZOMER!

Luuk en Lotje gaan in de tuin spelen, want het is zomer. Maar opeens is Luuk verdwenen. Waar zit hij toch? Een vrolijk en eenvoudig verhaal over de zomer, door Daniela herwerkt tot een mini-musical. Voor kinderen van 2 tot 6 jaar oud. Kom mee genieten van een leuk muzikaal verhaal en veel interactie!

1/6 van 10 tot 11u

Campus O<sup>3</sup> Genk-Noord, Minderbroedersstraat 6

Gratis

T 089 36 79 40  
E info@campuso3.be

### A DAT LOOPT OP WIELTJES!

Kinderen leren stapsgewijs zelfstandig fietsen van stappen naast de fiets naar peddelen, stappen, starten en stoppen. Voor kinderen in de 3de kleuterklas, 1ste leerjaar of als je kind klaar is om de stap te zetten. Voorzie een voldoende uitgeruste fiets op maat van je kind.

15/6 van 10 tot 12u

Club 26 - Jeugdhuis Rondpunt,  
Europalaan 26 Genk

Gratis

T 089 36 79 40  
E info@campuso3.be



### NIEUW! PARENT PARTY Hét gezelschapsspel over opvoeden

De Opvoedingswinkel ontwikkelde een bordspel, de 'Parent Party'. Dit spel lijkt op het bekende ganzenbordspel en speel je aan de hand van vragen, stellingen, kans- en pechkaarten. Het is een leuke manier om samen met andere ouders en grootouders in gesprek te gaan over opvoedingskwesties. Stof tot discussie én plezier verzekerd! Interesse om 'Parent Party' bij je thuis, je vereniging of in ander groepsverband te spelen? Dan kan je bij ons gratis een spel lenen.

Kies zelf een datum en nodig je gasten uit. Reserveer tijdig een speldoos.

Bij jouw thuis, bij een vereniging, ...

Gratis

T 089 36 79 40  
E info@campuso3.be

### Legende

- A** activiteit / workshop
- C** cursus / training / vorming
- I** infosessie / lezing

- Wanneer
- Waar
- Prijs
- Info en inschrijving

**VOOR ALLE ACTIVITEITEN  
MOET JE INSCHRIJVEN!**