



**HUIS VAN HET KIND**  
MALDEGEM

## Stress bij kinderen

*Vorming in samenwerking met VCOK, vormingscentrum opvoeding en kinderopvang*

Jonge kinderen hebben vaak een druk leventje: school, vriendjes, familie, hobby's... Dit kan voor stress zorgen, waardoor kinderen boos, hangerig of huilerig kunnen zijn. Er is niets mis met een gezonde portie stress.

Stress en ontspanning vullen elkaar immers aan. Maar je moet wel over een gezond evenwicht tussen beide waken. Als de ruimte om te ontspannen ingevuld wordt door steeds nieuwe uitdagingen, zoals bepaalde veranderingen, prestatiedrang, teveel activiteiten, nieuwsberichten, zorgen van volwassenen enz., kunnen er problemen opduiken.

In deze vorming leer je over stressmechanismen om zo preventief te kunnen handelen. Je leert ook hoe je het best reageert als kinderen (vanaf peuterleeftijd) een te zware stressdruk signaleren. Een interactieve vorming met ruime aandacht voor inbreng van de deelnemers.

**DINSDAG 31 MAART 2020 om 19.00 uur**

**Lokaal Dienstencentrum Oud St. Jozef, Mevr. Courtmanslaan 92 Maldegem**

**Deelname is gratis**

**Inschrijven via [huisvanhetkind@maldegem.be](mailto:huisvanhetkind@maldegem.be) of telefonisch via 050 40 39 20**



OCMW Maldegem: Lazarusbron 1, 9990 Maldegem  
050 72 72 10 | [info@maldegem.be](mailto:info@maldegem.be) | [www.ocmwmaldegem.be](http://www.ocmwmaldegem.be)