

De Praatdoos richt zich naar kinderen, jongeren tot en met 14 jaar en hun ouders. Je kan er terecht met je vragen over het gedrag en de ontwikkeling van je kind. Samen bekijken we wat er aan de hand is en proberen we jou en je kind zo goed mogelijk te helpen. Indien dit nodig zou blijken kan je er ook terecht voor diagnostiek, psychologische begeleiding en opvoedingsondersteuning. Er wordt gewerkt op basis van de principes van de gedragstherapie.

Daarnaast organiseren we ook kampjes, lezingen en groepsessies. Het aanbod kan je hier in onze jaarplanning bekijken.

**De Praatdoos**  
diagnostiek & therapie voor kinderen en jongeren

Collegebaan 4b  
9090 Melle

an@depraatdoos.be  
0479/22.60.12

**Inschrijven via**  
[www.depraatdoos.be](http://www.depraatdoos.be)

2023				2024											
september	oktober	november	december	januari	februari	maart	april	mei	juni	juli	augustus	september	oktober	november	december
01 vr	01 zo	01 wo	01 vr	01 ma	01 do	01 vr	01 ma	01 wo	01 za	01 ma	01 di	01 do	01 vr	01 za	01 di
02 za	02 ma	02 do	02 za	02 di	02 vr	02 za	Sterker dan Boos	02 di	Lezing VV	02 do	02 vr	02 za	02 zo	02 di	02 vr
03 zo	03 di	03 vr	03 zo	03 wo	03 za	Sterker dan Boos	03 zo	03 wo	VVK 2-3 Lj.	03 vr	03 za	03 ma	03 wo	03 za	03 di
04 ma	04 wo	04 za	04 ma	04 do	VVK 4-6 Lj.	04 zo	04 ma	04 do	04 za	04 di	04 do	04 zo	04 di	04 do	04 zo
05 di	05 do	05 zo	05 di	Positief opvoeden anno 2023	05 vr	05 ma	05 di	Groot worden met een twist II - ASS	05 vr	05 zo	05 wo	05 vr	05 wo	05 vr	05 ma
06 wo	06 vr	06 ma	06 wo	Vrolijke vriendjes	06 za	06 di	06 wo	06 za	06 ma	06 do	06 za	06 do	06 ma	06 do	06 di
07 do	07 za	07 di	07 do	07 zo	07 wo	07 do	07 zo	07 di	07 vr	07 zo	07 di	07 wo	07 vr	07 zo	07 wo
08 vr	08 zo	08 wo	Vrolijke vriendjes	08 vr	08 ma	08 do	Kinderangsten	08 vr	08 ma	VVK 4-6 Lj.	08 wo	Omgaan met gevoelens	08 za	08 ma	08 do
09 za	09 ma	09 do	09 za	09 di	Groot worden met een twist I	09 vr	09 za	Vrolijke vriendjes	09 di	09 do	09 zo	09 di	09 zo	09 di	09 vr
10 zo	10 di	10 vr	10 zo	10 wo	10 za	Boosterdag VVK	10 zo	10 wo	10 za	10 do	10 ma	10 wo	10 za	10 di	10 vr
11 ma	11 wo	11 za	11 ma	11 do	11 zo	11 ma	11 do	11 za	11 di	11 do	11 di	11 do	11 zo	11 di	11 zo
12 di	12 do	12 zo	12 di	Groot worden met een twist I	12 vr	12 ma	12 di	Groot worden met een twist II	12 vr	12 zo	12 wo	12 vr	12 zo	12 di	12 ma
13 wo	13 vr	13 ma	13 wo	13 za	Sterker dan Boos	13 di	13 wo	13 za	13 di	13 do	13 za	13 do	13 za	13 di	13 wo
14 do	14 za	Boosterdag VVK	14 di	Groot worden met een twist I	14 do	14 zo	14 wo	14 do	14 zo	14 di	14 do	14 zo	14 vr	14 zo	14 wo
15 vr	15 zo	15 wo	Vrolijke vriendjes	15 vr	15 ma	15 do	15 vr	15 ma	15 wo	15 do	15 za	15 do	15 za	15 ma	15 do
16 za	16 ma	16 do	16 za	16 di	16 vr	16 za	Vrolijke vriendjes	16 di	16 do	16 zo	16 di	16 do	16 zo	16 di	16 vr
17 zo	17 di	17 vr	17 zo	17 wo	17 za	Sterker dan Boos	17 zo	17 wo	Emoties in balans	17 vr	17 ma	17 wo	17 za	17 di	17 zo
18 ma	18 wo	18 za	18 ma	18 do	18 zo	18 ma	18 do	18 za	18 di	18 do	18 di	18 do	18 zo	18 di	18 zo
19 di	19 do	19 zo	19 di	19 vr	19 ma	19 di	19 vr	19 zo	19 wo	19 vr	19 zo	19 wo	19 vr	19 zo	19 ma
20 wo	20 vr	20 ma	20 wo	20 za	Sterker dan Boos	20 di	20 wo	20 za	20 ma	20 do	20 za	20 do	20 za	20 di	20 wo
21 do	21 za	21 di	Groot worden met een twist I - ASS	21 do	21 zo	21 wo	21 do	21 zo	21 di	21 do	21 do	21 do	21 do	21 do	21 do
22 vr	22 zo	22 wo	Vrolijke vriendjes	22 vr	22 ma	22 do	22 vr	22 ma	22 do	22 zo	22 do	22 zo	22 do	22 do	22 do
23 za	23 ma	23 do	23 za	23 di	23 vr	23 za	Vrolijke vriendjes	23 di	Groot worden met een twist II	23 do	23 do	23 do	23 do	23 do	23 do
24 zo	24 di	24 vr	24 zo	24 wo	24 za	24 wo	24 zo	24 do	24 wo	24 do	24 vr	24 ma	24 wo	24 za	24 zo
25 ma	25 wo	25 za	25 ma	25 do	25 zo	25 ma	25 do	25 za	25 do	25 zo	25 do	25 do	25 do	25 do	25 zo
26 di	26 do	26 zo	26 di	26 vr	26 ma	26 di	Groot worden met een twist II	26 vr	26 zo	26 do	26 wo	26 do	26 wo	26 do	26 ma
27 wo	27 vr	27 ma	27 wo	Lezing VV	27 za	27 di	Groot worden met een twist II	27 wo	27 za	27 ma	27 do	27 do	27 do	27 do	27 do
28 do	28 za	28 di	Groot worden met een twist I	28 do	VVK 2-3 Lj.	28 zo	28 wo	28 do	28 zo	28 di	28 do	28 do	28 do	28 do	28 do
29 vr	29 zo	29 wo	Vrolijke vriendjes	29 vr	29 ma	29 do	29 vr	29 ma	29 do	29 wo	29 do	29 do	29 do	29 do	29 do
30 za	30 ma	30 do	30 za	30 di	30 za	30 di	30 za	30 di	30 do	30 zo	30 do	30 zo	30 di	30 vr	30 za
	31 di		31 zo	31 wo		31 zo		31 vr		31 wo	31 do	31 zo	31 di	31 vr	31 za



**Ons team: An Coetsiers (psycholoog) - Jonas Van De Velde (psycholoog) - Anna Lowagie (psycholoog) - Rachida El Kaddouri (orthopedagoog & doctor in de psychologie) - Camille D'hulst (psycholoog) - Ineke De Graeve (thuisbegeleidster autisme)**

**VROLIJKE VRIENDEN KAMPEN (VVK) (2-6 Lj.)**

Elk kind wil er graag bijhoren. Kinderen willen vrienden en vriendinnen maken bij wie ze zich op hun gemak voelen en met wie ze leuke dingen kunnen doen. Toch is dit niet voor iedereen even gemakkelijk. Daarom organiseert De Praatdoos een driedaagse cursus (9u tot 15u) voor kinderen rond het aanleren en versterken van sociale vaardigheden en positief denken. Er wordt in 2 leeftijdsgroepen gewerkt. Thema's die aan bod komen zijn o.a.:

- kennismaken en vrienden maken
- op een goede manier samen spelen
- leren beheersen in moeilijke situaties en stop zeggen
- omgaan met plagen en pestsituaties
- het verschil leren tussen opbeurende en weinig opbeurende gedachten
- rekening leren houden met anderen...

De kinderen leren dit aan de hand van speelse activiteiten en werkvormen. De ouders worden geïnformeerd tijdens de lezing Vrolijke Vrienden. Na de kampjes kunnen de kinderen deelnemen aan de boostersessies (14u tot 17u) die jaarlijks aangeboden worden. In deze sessie kunnen kinderen oprispen wat ze geleerd hebben tijdens de kampjes en de vaardigheden blijven inoefenen.

**VROLIJKE VRIENDJES (1 Lj.)**

Een cursus rond sociale vaardigheden voor kinderen van het 1e leerjaar. In een kleine groep (3 kinderen) wordt gedurende 5 sessies van 2 uur op een speelse manier gewerkt rond sociale vaardigheden. Ook andere kinderen kunnen, indien aangewezen, aansluiten bij deze groepjes.

**GROEPCURSUS: STERKER DAN BOOS**

Kinderen vinden het in therapie vaak moeilijk om toe te geven dat ze boos worden of vinden het moeilijk om over hun boosheid te vertellen. Sommige kinderen zijn zich niet bewust van het feit dat ze snel boos worden en dat ze zichzelf en anderen daardoor soms in de problemen brengen. Tijdens deze cursus leren we meer over boosheid en over hoe je je boze buien kan overwinnen. Aan de hand van opdrachten, weetjes en spelletjes worden we **STERKER DAN BOOS**.

Deze cursus bestaat uit 5 sessies van 2 uur (15u tot 17u). De cursus richt zich naar kinderen vanaf het 3e leerjaar.

**OUDERCURSUS: GROOT WORDEN MET EEN TWIST**

Is je kind meer prikkelgevoelig en minder flexibel dan de meeste andere kinderen? Lukt het minder vlot om emotionele buien (angsten, verdriet, boosheid...) onder controle te krijgen? Heeft je kind ASS, ADHD of een andere ontwikkelingsproblematiek? De oudercursus 'Groot worden met een twist' richt zich naar ouders en opvoeders die op zoek zijn naar extra handvaten bij het begeleiden en coachen van kinderen die net dat tikkeltje meer zorg, aandacht, houvast en structuur nodig hebben. Deze cursus bestaat uit 4 groepsessies (19u30 tot 21u30).

Optioneel kunnen ouders, grootouders, opvoeders... een aanvullende sessie volgen waar dieper ingegaan wordt op de diagnose ASS.

**AVONDLEZINGEN**

Dit schooljaar organiseren we opnieuw een aantal avondlezingen over diverse pedagogische thema's. Deze gaan steeds door van 19u30 tot 21u. Thema's die dit jaar aan bod komen:

- Vrolijke vrienden: sociale vaardigheden van kinderen stimuleren aan de hand van spel
- Ik ga op reis en neem mee... mijn kind met autisme
- Over monsters, dieven en andere enge dingen... Omgaan met kinderangsten
- Positief opvoeden anno 2023
- Emoties in balans

**GROEPCURSUS: OMGAAN MET EMOTIES**

Iedereen raakt wel eens overspoeld door heftige emoties: intense vreugde, frustratie, teleurstelling, paniek... en elke emotie probeert ons een belangrijke boodschap te vertellen. Sommige kinderen kunnen deze emoties in vrij goede banen leiden, terwijl andere kinderen het moeilijk vinden om emoties bij zichzelf te herkennen, begrijpen en om hiermee om te gaan. Ben je tussen 10 en 14 jaar en vind jij dat je vaak moet vechten tegen heftige gevoelens? Raak je volledig overspoeld door paniek, woede of teleurstelling? Heb je het gevoel dat je er niets aan kan doen? Iedereen ervaart heftige gevoelens en dat is helemaal oké. In deze cursus leren we samen gevoelens herkennen en luisteren naar wat ze ons proberen te vertellen. Daarnaast leren we hoe we met onze gevoelens kunnen samenwerken in plaats van ertegen te vechten. De cursus bestaat uit 5 sessies van 2 uur (14u tot 16u). Een groepje bestaat uit 4 deelnemers. Aan deze cursus is de ouderlezing 'Emoties in balans' verbonden waarbij wordt ingegaan op hoe de omgeving kan bijdragen tot de ontwikkeling van emotieregulatie.