

Ouders &

Voor ouders met kinderen van 0-4 jaar

**Samen bewegen, ontspannen
en plezier beleven!**
De kracht van beweging en verbinding



Tijd: 09:00 - 11:30 (inloop vanaf 8:45)

Locatie: Ons Hol (Hollum)

Datum: Woensdag 22 oktober 2025

**Slapen
kun je leren**



- Een gezellige ochtend waarbij we kennis opdoen, ervaringen uitwisselen en verbindingen maken. Voor alle papa's / mama's / ouders en verzorgers!
- Ontdek deze ochtend hoe je spelenderwijs de band met je kind versterkt. Leren gebeurt namelijk door te voelen, beleven en mogelijkheden te onderzoeken. Aan de hand van oefeningen samen met je kind, van massage tot spel, ervaar je het plezier en de ontspanning. Dit alles vanuit de Sherborne gedachte.
- Daarnaast staan we stil bij het thema slaap, met praktische handvaten en tips.
- Oppas lastig? Neem je kindje lekker mee! Wij zorgen dat er ook iets te spelen is.

Lijkt het je leuk en weet je dat je komt? Geef het dan even aan ons door, dit kan via onderstaande link, maar een berichtje aan Joke of Alianne kan uiteraard ook!

<https://forms.office.com/e/cJMGVi8Fei>

Deze ochtend is gratis en vrijblijvend

‘It takes an island to raise a child’

Neely Bergsma Pedagoog // Sjoukje Schuurmans Fysiotherapeute // Marieke de Jong-Kiewiet Verloskundige
// Joke Beekema- Molenaar Jeugdverpleegkundige // Alianne Rinsma Pedagoog