



Supermama's

Kinderen opvoeden is niet altijd gemakkelijk. Voel jij je soms helemaal geen supermama, maar zit je met vragen over opvoeden of het ouderschap?

Kom dan een keer naar de wekelijkse samenkomst van "Supermama's".

Wanneer?

Elke vrijdag van 9.15 tot 11.30 uur
(niet in schoolvakanties)

Waar?

Huis van het Kind "Het Kompas",
Hertog Janplein 34, 3920 Lommel

Kostprijs?

Gratis en inschrijven is niet verplicht.
Basiskennis Nederlands is wenselijk.

Opvang?

Kinderen die niet naar school gaan,
mag je meebrengen.
Er zijn vrijwilligers die met je kind spelen.

Vragen?

Huis van de Wereld, tel. 011 399 610 of
huisvandewereld@lommel.be
Huis van het Kind "Het Kompas",
tel. 0492 13 98 38 of hetkompas@lommel.be



supermama's Lommel


Lommel

huisvandewereld@lommel.be
hetkompas@lommel.be

Wat doen supermama's?

Een keer per week komen we samen om te praten over opvoeden, gezonde voeding, beweging,... Maar ook over onze kwaliteiten en krachten als vrouw! We ondersteunen elkaar en wisselen handige tips uit.

Once a week we come together to talk about parenting, healthy food, exercise, ... But also about our qualities and powers as a woman! We support each other and exchange useful tips.

Une fois par semaine, nous nous réunissons pour parler de parentalité, de nourriture saine, d'exercice, ... Mais aussi de nos qualités et de nos pouvoirs en tant que femme! Nous nous soutenons mutuellement et échangeons des conseils utiles.

Haftada bir kez bir araya gelerek ebeveynlik, sağlıklı yemekler, egzersiz, ... Aynı zamanda bir kadın olarak nitelikleri ve güçlerimiz hakkında konuşalım! Birbirimizi destekliyoruz ve faydalı ipuçları veriyoruz.

مرة واحدة في الأسبوع نجتمع معاً للتحدث بأمور تربية الأطفال ، الأكل الصحي ، الرياضة، ليس هذا فقط بل نتحدث أيضاً عن نقاط قوتنا وشخصيتنا كنساء ، نحن نساند بعضنا ونتبادل التجارب والنصائح المفيدة .

