



**Dé plek in Lelystad voor informatie en advies
over opvoeden, opgroeien en ontwikkeling**

Naar het voortgezet onderwijs

De komende periode staat voor veel ouders/verzorgers in het teken van de overstap naar het voortgezet onderwijs. De doorstroom toets is geweest, het advies en gesprek hierover op school en er zijn verschillende open dagen om de middelbare scholen te bezoeken.

In deze nieuwsbrief nemen we jullie als ouders/verzorgers graag mee in hoe je je kind hierbij het beste kan ondersteunen, hoe je een goede samenwerking met school aangaat en welk aanbod er in Lelystad is als je kind naar het voortgezet onderwijs gaat.

Veel leesplezier!

WORKSHOP 'Go to VO'

 **dinsdag 20 mei & dinsdag 17 juni**

 **19.00 - 20.30 uur**

 **MDFlevoland, Meenthoek 1**

Als je kind een brugpuber is, merk je als ouder/verzorger dat er veel verandert. Hoe ga je daar mee om?

In de workshop 'Go to VO' krijg je informatie, wisselen we ervaringen uit en krijg je handige tips. We kijken naar de ontwikkeling van je kind en het gedrag wat daarbij hoort. En samen met andere ouders kun je natuurlijk ook ervaringen uitwisselen.

Meedoen? Meld je dan snel aan voor de workshop van 20 mei óf de workshop van 17 juni!

Direct aanmelden

 

WORKSHOP
Go to VO



Puberteit & het VO

Als je kind officieel een brugpuber is, merk je als ouder/verzorger dat er veel verandert. Hoe ga je daar mee om? Naast de start op het VO is immers de puberfase volop aanwezig: het lichaam en het gedrag ontwikkelen zich in een razend tempo. Wellicht ervaar je de invloed van vrienden op het gedrag van je kind.

Wat gaan we doen?

In deze workshop krijg je informatie, wisselen we ervaringen uit en krijg je handige tips. We kijken naar de ontwikkeling van je kind en het gedrag wat daarbij hoort. En samen met andere ouders kun je natuurlijk ook ervaringen uitwisselen.

- Wat is de impact van deze veranderingen op je kind... en op jou als ouder?
- Hoe kijk je zelf terug op je eigen puberteit? En op je start op het VO?
- Loslaten, anders vastpakken en in contact blijven. Hoe doe je dat?

Meedoen?

Ben jij ouder/verzorger van een kind dat naar het Voortgezet Onderwijs gaat? Meld je dan aan voor één van de twee workshops!

Deze workshop wordt

gegeven door:
De schoolmaatschappelijk werkers van MDF.

Aanmelden

Deze workshops zijn gratis!

Aanmelden is wel nodig.

Stuur een e-mail naar: Lrijma@mdflevoland.nl

DINSDAG 20 MEI of
DINSDAG 17 JUNI

MDFlevoland, Meenthoek 1

19.00 -20.30 uur

voor ouders/verzorgers, ooms, tantes, opa's, oma's en andere opvoeders!

De workshop Go to VO is een initiatief van Lisa Lelystad in samenwerking met **Maatschappelijke Dienstverlening Flevoland (MDF)**. Lisa Lelystad is dé plek voor informatie en advies over opvoeden, opgroeien en ontwikkelen in Lelystad. Meer weten over wat Lisa Lelystad voor jou kan betekenen? Bezoek dan de website via www.lisalystad.nl of scan de QR code.



Download de flyer

TIPSHEET 'Van basisschool naar VO'

Jullie hebben er thuis vast al vaak over gesproken: de brugklas. Er zijn al open dagen geweest en er komen meekijk dagen aan. Een grote stap in het leven van je kind. Ook voor jou als ouder is het spannend, want het echte loslaten gaat nu beginnen.

Hoe kan jij je kind helpen? We geven je handige tips!

 **Download de Tipsheet 'Van basisschool naar voortgezet onderwijs'** (Nederlands, 400 KB)

 **Download the Tipsheet 'From primary school to highschool'** (English, 400 KB)

LISA HELPT JE VERDER VAN BASISCHOOL NAAR VOORTGEZET ONDERWIJS

Zit je kind in groep 8 van de basisschool, dan hebben jullie het thuis vast veel over de brugklas. Er zijn al open dagen geweest en er komen meekijk dagen aan. Een grote stap in het leven van je kind. Ook voor jou als ouder is het spannend, want het echte loslaten gaat nu beginnen. Hoe kan jij je kind helpen? We geven tips!

Neem de tijd voor de voorbereiding

Een inkopertje mislucen, maar een goede voorbereiding scheelt een hoop spanning en stress. Dat begint natuurlijk met het niveau van de school en het niveau waarop je kind zich goed voelt. Ga met je kind mee naar de school voor informatie en om de sfeer te proeven. Een keer samen naar school fietsen is ook handig, dan weet je hoe lang het duurt. Kijk verder samen in huis naar een fijne, rustige plek waar je kind zich goed kan concentreren op het maken van huiswerk. En maak die plek helemaal 'brugklasproof'!

Ja, het is spannend!

Aan het einde van de vakantie begint de spanning op te lopen, zowel bij je kind als bij jou als ouder. Dat is oké en normaal. Ryten over wat het zo spannend maakt, is belangrijk. Ook na de eerste dag en weken is het goed om in contact te blijven. Het loslaten voor jullie is nu ook echt begonnen, maar weet dat je jouw kind een goede basis mee geeft. Jouw kind is nu in staat om zelf dingen uit te zoeken en te ondernemen. Laat je kind merken dat je er bent wanneer het je nodig heeft.

Wees betrokken

- Begreep je kind vanuit vertrouwen en vind balans tussen motiveren en stimuleren tegenover controleren.
- Toon interesse in wat je kind meemaakt op school, maar blijf ook daarbuiten en online.
- Geef je kind de mogelijkheid om zelf te komen met zaken die niet goed gaan (zoals spijlites of een slecht cijfer).
- Maak kennis met de mentor (je kunt vragen om een gesprek) en ga naar de ouderavonden. Ook als je zelf niet direct een vraag hebt, kan het helpen om te horen waar je kind mee bezig is en kunnen vragen van anderen helpen zijn.

Zomervakantie? Geen school!

Laat in de zomervakantie de middelbare school even los. De basisschool is voorbij en een nieuw avontuur gaat bijna van start. Ontspanning is daarom extra belangrijk. Je kan aan het begin van de vakantie samen spulletjes kopen voor school, dan kan je dat van je lijstje afvinken. En kan de vakantie beginnen!

Even wennen

Er komen heel veel nieuwe dingen op je kind af. Een nieuwe klas, nieuwe vrienden, een mentor, groot gebouw, verschillende vakken in huiswerk. Al deze nieuwe dingen kosten enorm veel energie en het is echt even wennen. Plan die ook voldoende rust- en ontspanningsmomenten in. Ga bijv. samen een wandelen, een spulletje doen of een voetballen. Het is heel fijn voor je kind en zo kan je meteen peilen hoe het gaat op school en met vrienden.

Helpen bij huiswerk

Bij de middelbare school hoort nu eenmaal huiswerk. Misschien heeft je kind op de basisschool al huiswerk meegekregen en eraan te wennen. Help je kind in de eerste maanden met het maken van een planning. Wanneer zijn bijvoorbeeld de toetsen en wanneer begin je dan met leren? Huiswerkopdrachten zijn vaak nieuw voor je kind en dit kan lastig zijn. Laat weten dat hij/zij jou altijd kan vragen om te helpen.

Deze tips krijg je van Lisa Lelystad. Behoeft je meer tips of informatie? Kijk op www.lisalystad.nl of scan de QR code om naar de website te gaan!



Samenwerking school & ouders



Voor een kind zijn thuis en school de belangrijkste plekken waar het kind opgroeit. Ouders/verzorgers en leerkrachten spelen dus allebei een belangrijke rol in de opvoeding van een kind.

Daarom is het belangrijk dat ouders en school het goed met elkaar kunnen vinden, elkaar kennen en goed samenwerken. Als je hier als ouders/verzorgers vertrouwen in hebt, kun je dit ook beter uitstralen naar je kind.

Hoe zorg je ervoor dat je een fijne samenwerking hebt?

Het startpunt hiervoor is vaak een goed gesprek. Door een gesprek met elkaar te hebben kom je er vaak achter hoe de ander denkt over opvoeden en opgroeien. In het gesprek kun je wensen en verwachtingen kenbaar maken aan elkaar. Je kan elkaar hierdoor beter begrijpen, wat helpt een vertrouwensrelatie op te bouwen. Als het een keer wat minder goed gaat met je kind op school, en er is bijvoorbeeld hulp nodig, kun je op deze relatie met de school terugvallen. Zo kun je er samen voor zorgen dat je kind krijgt wat het nodig heeft.

Hoe ga je dat gesprek aan?

Het Nederlands Jeugdinstituut (NJI) heeft een **digitale toolkit 'Sámen voor het kind'** ontwikkeld om ouders/verzorgers, leerkrachten en eventueel andere jeugdprofessionals te helpen bij het goed samenwerken.

De online toolkit is een praktisch hulpmiddel om met elkaar een bijeenkomst te organiseren over de samenwerking. De toolkit bestaat uit 3 onderdelen:

- De onderwerpen waarover je met elkaar in gesprek kunt gaan.
- Een planning om een bijeenkomst te organiseren.
- Werkvormen voor tijdens de bijeenkomst.

Je kunt de toolkit online gebruiken, maar ook bijvoorbeeld thuis of op school.

Benieuwd naar de toolkit? Bekijk deze dan hier: <https://bit.ly/toolkit-samen>

Naar de toolkit

Zelfverzekerd de overstap maken

Brugklas Bikkels

Speciaal voor alle bikkels die groep 8 gaan verlaten.

Zit jouw kind in groep 8 en vindt hij/zij het spannend om de overstap te maken naar de middelbare school? Heel veel kinderen vinden dit hartstikke spannend. Er gaat van alles veranderen en daar kunnen zij zich weleens zorgen over maken.

MDF biedt daarom de training **Brugklas Bikkels** aan zodat je kind zelfverzekerd

de overstap leert maken naar de middelbare school.

Binnen de training wordt er aandacht besteed aan het leren aangeven van grenzen en op een respectvolle manier met elkaar omgaan. Zo wordt de kinderen geleerd om met vertrouwen nieuwe vrienden te maken en om te gaan met uitdagingen.

Wil je meer informatie? Lees dan verder via de [website van MDF!](#)

Website MDF

Aanbod voor jongeren (12+)



Jeugdpreventiewerk Welzijn Lelystad

Het jeugdpreventiewerk is er voor jongeren die op school vastlopen door problemen in de thuissituatie. Een echtscheiding, persoonlijke problematiek van de ouders of financiële problemen hebben invloed op de prestaties op school en op het gedrag in de klas. Het jeugdpreventiewerk is er voor de jongere en stemt af met school en het gezin over de ondersteuning.

Wil je hier meer over weten? Bekijk dan de video hieronder of lees verder via:

[🔗 https://www.welzijnlelystad.nl/ik-zoek-hulp/jongeren/jeugdpr...](https://www.welzijnlelystad.nl/ik-zoek-hulp/jongeren/jeugdpr...)



Jongerenwerk Welzijn Lelystad

Op straat, op school en online. Dáár speelt het jongerenwerk zich af en daar zijn de jongerenwerkers van Welzijn Lelystad te vinden. De jongerenwerkers zijn aanwezig waar jongeren zijn.

Jongeren willen graag, met andere jongeren, in hun eigen omgeving zijn. Dat kan in het **jongerenlokaal** in wijkcentrum Atolplaza en in het **meidenlokaal** in de Zuiderzeewijk (Hoek van 't IJ 29). Ben jij benieuwd welke vaste activiteiten zij organiseren? Bekijk dan de website via:

[🔗 https://www.welzijnlelystad.nl/ik-zoek-hulp/jongeren/jongerenwerk](https://www.welzijnlelystad.nl/ik-zoek-hulp/jongeren/jongerenwerk)

Youth for Christ

Youth for Christ ontmoet jongeren in Lelystad. De uitvalbasis is **jongeren centrum Paradijs**. Elke dinsdag t/m vrijdag is Paradijs open om te chillen of voor een lekkere tosti in de tostibar, een kop thee of een spelletje. Jongerenwerkers zijn beschikbaar voor een goed gesprek. Wil jij hier meer over weten? Lees dan verder via:

[🔗 https://lelystad.yfc.nl/](https://lelystad.yfc.nl/)

Jonge mantelzorgers Welzijn Lelystad

Is er bij jullie thuis iemand lang ziek, gehandicapt, verslaafd, in de war of depressief? En helpen de kinderen hierdoor thuis mee in het huishouden of zorg voor een familielid? Of maakt jouw kind zich veel zorgen hoe het met jou als ouder/verzorger gaat? Dan kan jouw kind weleens een jonge mantelzorger zijn.

Jonge mantelzorgers zijn kinderen en jongeren t/m 24 jaar die opgroeien met een familielid dat ziek of gehandicapt is of een andere aandoening heeft. Dat heeft invloed op het hele gezin. Soms is het fijn als het kind een leuke plek heeft waar het een leuke middag kan hebben en ruimte is om over dingen te praten. Welzijn Lelystad is er voor deze jongeren.

Wil jij meer weten over het aanbod van de jonge mantelzorgers? Bekijk dan:

[🔗 https://www.welzijnlelystad.nl/ik-zoek-hulp/jongeren/onderst...](https://www.welzijnlelystad.nl/ik-zoek-hulp/jongeren/onderst...)

Trainingsaanbod Lisa Lelystad

Ben jij benieuwd welke gratis trainingen er in Lelystad zijn voor jongeren? Denk hierbij aan een training over het leren opkomen voor jezelf, omgaan met spannende situaties, een gespreksgroep voor kinderen van gescheiden ouders en nog veel meer. Kijk dan op onze website en lees verder via:

<https://lisalelystad.nl/samen-groeien/>

ExploreX

ExploreX is een gratis naschools activiteitenprogramma voor leerlingen van het Porteuim, Aeres en de Steiger. Na schooltijd kun je kiezen uit verschillende activiteiten op het gebied van sport, gezondheid, kunst, fashion, techniek en studievaardigheden. Deelname is gratis en je mag zoveel activiteiten kiezen als jij zelf wil en wat je kan! Van voetballen tot fitness, van koken tot theater en van hairstyling tot 2D-printen, er is van alles mogelijk!

Volg ze op sociale media of kijk eens op de website voor het complete aanbod:

<https://www.explorex.nl>



Aanmelden nieuwsbrief

Heeft iemand je deze nieuwsbrief doorgestuurd? Schrijf je dan gelijk zelf in voor **Nieuws voor ouders/verzorgers**. Ben je een professional? Meld je dan aan voor **Nieuws voor professionals**.

Aanmelden ouders/verzorgers

Aanmelden professionals

TIP! Bekijk **hier** eerdere nieuwsbrieven of download ze als pdf om door te sturen!

Bekijk

Heb jij een vraag over het gedrag, de opvoeding of de ontwikkeling van je kind? Of ben je professional en heb je een vraag over een (complexe) casus of dreigt een casus vast te lopen? Wij denken graag mee en kijken samen met jou naar de mogelijkheden. Je kunt ons bellen via **088-0029922** of mailen via **info@lisalelystad.nl** voor tips en persoonlijk advies. Op

onze **website** vind je nog meer tips, informatie en inspiratie voor kinderen, jongeren en ouders.



Lisa Lelystad

Lelystad, Lelystad

Netherlands

Je ontvangt deze e-mail omdat je je hiervoor hebt ingeschreven of eerder interesse hebt getoond in de activiteiten van Lisa Lelystad. Wil je deze e-mails niet langer ontvangen? Meld je dan eenvoudig af via de link hieronder.

[Uitschrijven](#)

