

## Ga jij in september naar het eerste middelbaar?



**Twijfel jij wel eens over hoe dit zal verlopen?**

**Maken jij of je ouders zich daar wel eens zorgen over?**

Als je naar de middelbare school gaat, lijkt er opeens veel te veranderen. Een nieuwe school, nieuwe leerlingen, een andere manier van les krijgen en nog zoveel meer staat je te wachten. Je start aan een nieuwe fase in je leven.

Een nieuwe leeftijdsfase betekent groei, maar vaak ook angsten en onzekerheden. Het is niet gek dat je hier soms wat onzeker over bent! Als je onzeker bent, kan het helpen om je goed voor te bereiden.

Deze zomer organiseren we een vijfdaagse samen met andere jongeren zoals jij, om je hierop voor te bereiden. Samen gaan we nadenken en activiteiten doen rond de overstap naar het middelbaar en alle uitdagingen en onzekerheden daarrond. Ook jouw ouders willen we informeren over hoe ze jou bij deze overgang kunnen ondersteunen. Zo kunnen jullie samen zekerder aan het eerste middelbaar starten.

## Waarover?

---

- **Het middelbaar.** Hoe gaat dit zijn? Wat wordt er verwacht?
- **Sociale vaardigheden:** Hoe gedraag je je in een nieuwe groep.  
Hoe maak je vrienden?  
Hoe herken en respecteer je eigen grenzen en die van anderen?
- **Zelfbeeld en zelfvertrouwen**
- **Omgaan met stress en onrust**
- **plannen en organiseren en zelfstandig werken**
- **Puberteit.** Wat is dat? Wat doet dat met mij?

## Wie zijn wij?

---

Wij zijn Elke en Liesbet, psychologe en orthopedagoge bij Andare. Samen met maximum 20 kinderen gaan we aan de slag met jou en je ouders zo goed mogelijk voor te bereiden op de overgang naar het middelbaar. We vertrekken hiervoor vanuit onze experiëntiële, gezinsgerichte en cognitieve gedragstherapeutische kaders en werken op een speelse en leerrijke manier.

## Wanneer, waar en wat moet dat kosten?

---

3 augustus tussen 12u00 en 14u00 (ouderbijeenkomst)  
5-9 augustus 2019 tussen 9u00 en 16u00 (vijfdaagse kinderen)  
5 september 2019 tussen 17u30 en 19u (terugkomdag kinderen)

Basisschool De Vlieger, Steenweg op heindonk 8, 2801 Heffen

Voor een prijs van €350\*

*(\*werkboekje, ouderbijeenkomst, vijfdaagse en terugkomdag inbegrepen)*

## Zin om mee te doen?

Schrijf je in door een mailtje te sturen naar [elke@andare.be](mailto:elke@andare.be)  
of te bellen naar 0494/71.34.64

*Meer info vind je op onze website, [www.andare.be](http://www.andare.be)*

## HOPELIJK TOT DAN!

**Elke en Liesbet**



Andare  
Multidisciplinaire praktijk  
voor diagnostiek en therapie