



# Plezier op School!

## Met zelfvertrouwen naar de brugklas

Cursus voor tieners uit Amsterdam die naar het voortgezet onderwijs gaan.

De brugklas is voor alle kinderen een nieuw begin. Als je goed begint, is de kans groot dat het goed blijft gaan. Dat is extra belangrijk als je op de basisschool gepest bent of vaak alleen stond of het op een andere manier niet zo fijn had met kinderen.

### **Wat kan jou helpen een goede start te maken?**

Gelukkig kun je er zelf wat aan doen! In de zomercursus 'Plezier op School' ga je leren om met meer zelfvertrouwen aan de brugklas te beginnen.





'Zo'n cursus zou iedereen moeten krijgen.'

## Hoe werkt de cursus?

In de cursus zal je zien dat je niet de enige bent die tegen dit soort problemen aanloopt.

### Op een leuke manier leer je:

contact leggen met andere kinderen, opkomen voor jezelf, nee durven zeggen en omgaan met plagen en pesten. Ook besteden we aandacht aan positief denken en non-verbaal gedrag zoals je houding, oogcontact en stemgebruik.

Door met elkaar te praten, door oefeningen en rollenspelen te doen en door tips te krijgen, leer je hoe je met meer zelfvertrouwen met anderen om kan gaan.

## Praktische informatie

Voorafgaand aan de cursus vindt er een kennismakingsgesprek plaats met jou en je ouder(s). Hierna kunnen jullie samen beslissen of de cursus iets voor jou is.

De zomercursus is 4 dagdelen in de laatste week van de zomervakantie van 10-13 uur. In 2020 is dit in Amsterdam Centrum/West en Noord van maandag 10 augustus t/m donderdag 13 augustus. In Zuid-Oost is dit van dinsdag 11 augustus t/m vrijdag 14 augustus.

Ben je nog met vakantie deze week, dan is bij voldoende aanmeldingen een cursus in de week van maandag 6 juli t/m donderdag 9 juli in Nieuw-West.

**Deelname aan alle groepen is gratis.**

## Is het iets voor mij?

### Heb je nog twijfels of vragen?

Bel of mail ons dan gerust!

*'Ik heb zoveel geleerd, ik heb er vertrouwen in dat het mij gaat lukken op de nieuwe school.'*

*'Bedankt voor de leuke cursus, ik heb er veel aan gehad.'*

*'Ik weet nu wat ik kan doen als anderen vervelend doen, ik durf veel meer.'*

## Contact

### Drs. Marjan den Hollander

Projectcoördinator & Trainer Arkin Preventie Jeugd

+31 (0)20 - 590 50 98

+31 (0)6 - 11 91 71 03

plezieropschool@arkinjeugd.nl

www.jeugdpreventieamsterdam.nl

📅 ma, di, do

