

# Vraag maar raak!

over **TRAININGEN**



Heb jij vragen over welke trainingen en cursussen er in Lelystad zijn voor jou of jouw kind? Stel dan je vraag aan Lisa Lelystad en samen met jou gaan we op zoek naar een passende training/cursus of oplossing die bij je past! Misschien herken je dit:

## **IK, ALS OUDER/VERZORGER..**

- .. vind het lastig om met mijn puber te communiceren en hem/haar te begrijpen;
- .. wil graag leren hoe mijn kind veilig en gezond kan opgroeien;
- .. vraag me af hoe ik mijn kind het beste kan ondersteunen;
- .. vind het lastig om grenzen te stellen;
- .. ben gescheiden en wil weten hoe ik er voor mijn kind kan zijn.

## **TRAININGEN HELPEN JE OP WEG**

Opvoeden is soms best een uitdaging. Gelukkig zijn er in Lelystad allerlei trainingen en cursussen die je kunnen helpen om sterker in je schoenen te staan. Of je nu beter wilt communiceren met je puber, grenzen wilt leren stellen of wilt weten hoe je je kind het beste kunt ondersteunen bij veranderingen of moeilijke situaties – je staat er niet alleen voor.



**Nieuwsgierig naar trainingen voor kinderen of jongeren?**

Check de achterkant!



088 – 0029922



[info@lisa-lelystad.nl](mailto:info@lisa-lelystad.nl)



[www.lisa-lelystad.nl](http://www.lisa-lelystad.nl)

# Trainingen voor kinderen & jongeren

Soms loopt een kind of jongere ergens in vast, maar weet je niet goed hoe je kunt helpen. In Lelystad zijn er verschillende trainingen en groepen die kinderen en jongeren ondersteunen in hun ontwikkeling.

## MIJN KIND..

- .. vindt het lastig om voor zichzelf op te komen;
- .. heeft moeite met grenzen aangeven;
- .. wordt gepest of pest zelf;
- .. groeit op met gescheiden ouders;
- .. vindt het lastig om vriendschappen aan te gaan/te onderhouden;
- .. groeit op met een broer of zus met een beperking;
- .. vindt het lastig om op een passende manier om te gaan met relaties en seksualiteit;
- .. groeit op met een ouder met psychische problemen of verslaving;
- .. durft dingen niet goed te proberen omdat hij/zij bang is om fouten te maken;
- .. vindt het lastig om te gaan met zijn/haar emoties.

Van sociale vaardigheden tot weerbaarheid, van omgaan met emoties tot praten over scheiding of verslaving – er is meer mogelijk dan je denkt. Via Lisa Lelystad of onze samenwerkingspartners kun je ontdekken wat er past bij jouw kind.

👉 Bekijk het actuele aanbod op [lisalelystad.nl/samen-groeien](https://lisalelystad.nl/samen-groeien)



088 – 0029922



[info@lisalelystad.nl](mailto:info@lisalelystad.nl)



[www.lisalelystad.nl](https://www.lisalelystad.nl)