



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



Ontspannen de feestdagen door

De feestperiode staat voor de deur! Vanaf Sint Maarten tot en met de jaarwisseling betekent dat voor veel kinderen gezelligheid, lichtjes, cadeautjes en bijzondere momenten. Maar al die drukte kan ook zorgen voor extra spanning. Sommige kinderen worden hierdoor heel druk en stuiteren door het huis, terwijl anderen zich terugtrekken en stil worden. In deze nieuwsbrief vind je tips om jou en jouw gezin zo goed mogelijk door deze spannende maar gezellige periode heen te helpen.

Veel leesplezier!

Opbouw van de spanning



In november begint het feest al: Sinterklaas komt het land binnen. Overal duiken reclames en voorprentjes op, en kinderen zien Sinterklaas en de pieten op tv. In

In deze periode is het daarom extra belangrijk om voldoende tijd en ruimte te maken om de emmer te legen. Dit kun je doen door het niet de hele dag over Sinterklaas te laten gaan en ook te zorgen voor ontspanning en beweging, want dat helpt de kinderen echt!

📌 Pak onze handige tips erbij!

Tipsheet spanningen decembermaand

Hoe kun je de spanning verminderen en je kind helpen de decembermaand goed door te komen? Wij geven je vijf tips!



Bekijk de tipsheet

Spanningen van de decembermaand



Niet voor ieder kind vanzelf feest

Voor veel kinderen is de feestmaand een gezellige tijd vol lichtjes en cadeautjes, maar voor kinderen die moeilijk omgaan met veranderingen kan het juist erg spannend zijn. Onvoorspelbaarheid en afwijkingen van de normale routine zorgen dan voor stress. Als ouder helpt het om met je kind in gesprek te gaan: wat vinden ze

Wil je hierover meer lezen? Lees het hele **blog 'De spanningen van de decembermaand'** op onze website!

Lees verder

*Dit blog is voor Lisa Lelystad geschreven door **MEE Samen**. In de gemeente Lelystad kun je bij MEE o.a. terecht voor Integrale Vroeghulp voor kinderen in de leeftijd van 0 tot 7 jaar. Ook organiseert MEE verschillende cursussen en gespreksgroepen in Lelystad. MEE maakt deel uit van het kernteam van Lisa Lelystad.*

Feestdagen & geldzorgen



De decembermaand is voor veel gezinnen gezellig, maar ook een periode waarin de kosten kunnen oplopen. Cadeautjes, etentjes, feestkleding – het telt snel op. Juist daarom delen we graag deze **praktische tips van Ellen Hoekstra**, coördinator schuldpreventie bij **MDF Lelystad**.

Besparen op je zorgverzekering

Omdat ook het einde van het jaar nadert, kun je overstappen van zorgverzekering. Het kan goed zijn om eens te kijken of je polis nog past bij jouw situatie. Hier kun je soms ook flink op besparen.

Heb je vragen over geldzaken?

Heb je vragen over geldzaken of wil je samen met iemand jouw financiële situatie bespreken? Je bent van harte welkom bij de Samenwerkende Inloopspreekuren Lelystad (SIL). Hier kun je zonder afspraak terecht voor advies en ondersteuning. Meer informatie vind je via: [🔗 Home – Samenwerkende Inloopspreekuren Lelystad](#)

Handige websites

De Geldman Met praktische tips over schulden, besparen en geldzaken

Lees verder

Deze tips voor Lisa Lelystad hebben wij gekregen van Ellen Hoekstra, werkzaam bij MDF als coördinator schuldpreeventie. MDF biedt in de gemeente Lelystad o.a. hulp aan inwoners bij financiën en maakt deel uit van het kernteam van Lisa Lelystad. Wil je meer weten over wat MDF voor jou kan bieden? Bekijk dan de website via:

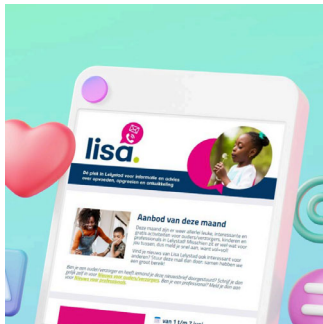
 <https://www.mdflevoland.nl/financien/>

Lisa Lelystad denkt met je mee



Heb jij vragen over opvoeding, relaties, geldzorgen of echtscheiding? Of zoek je informatie over cursussen of persoonlijke begeleiding? Wij denken graag met je mee.

Je kunt ons bereiken via info@lisa-lelystad.nl of telefonisch via **088 – 0029922**. Je kunt ook langskomen tijdens ons spreekuur op elke eerste donderdag van de maand van 13.00–15.00 in de Bibliotheek bij het Kennisplein.



Aanmelden nieuwsbrief

Heeft iemand je deze nieuwsbrief doorgestuurd? Schrijf je dan gelijk zelf in voor **Nieuws voor ouders/verzorgers** of **Nieuws voor professionals**.

Aanmelden ouders/verzorgers

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@lisa-lelystad.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 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](#)

