



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



Terugblik & vooruitblik

Het nieuwe jaar is begonnen! We blikken kort terug op 2025 en kijken vooruit naar een nieuw jaar waarin we hopen nog meer ouders/verzorgers, kinderen en professionals te kunnen helpen met hun vragen.

De komende periode staan er weer interessante activiteiten van Lisa Lelystad op de planning en starten er ook diverse gratis trainingen in Lelystad. Kijk snel of er iets voor jou of je kind tussen zit en meld je aan waar nodig.

Tip van de maand

Meld je alvast aan voor de **gratis bijeenkomst over samengestelde gezinnen** op maandag 16 maart!

Terugblik op 2025



Wist je dat we in 2025 op allerlei plekken in Lelystad te vinden waren? Zoals:

- De informatiemarkt VMBO Aeres
- De mini-markt Buitenraad: *Future Vibes – Jij & Lelystad!* bij Poppodium Corneel
- De themadag op het Porteuum
- Mama- en PeuterCafés van de LimonadeBrigade
- Het festival *Van je shit je hit maken*
- Ons eigen spreekuur op het Kennisplein in de Bibliotheek Lelystad

We organiseerden o.a.:

- Een bijeenkomst voor ouders in samengestelde gezinnen
- De workshop *GO to VO* (over de overstap naar het voortgezet onderwijs)

- Een informatiemarkt tijdens de Week van de Opvoeding
- Een webinar over schermgebruik bij jonge kinderen

Afgelopen jaar hebben wij ook diverse tipsheets omtrent scheiden en een tipsheet over omgaan met emoties uitgebracht. Wil jij ze nog lezen? Bekijk ze dan via de volgende links:

- [Kinderen & Scheiding - 4 tot 6 jaar](#)
- [Kinderen & Scheiding - 7 tot 12 jaar](#)
- [Kinderen & Scheiding - 13 tot 18 jaar](#)
- [Help je kind omgaan met emoties](#)

Al onze tipsheets lees je op onze website via: [Inspiratie uitgelicht • Lisa Lelystad](#)

Bekijk tipsheets

 **We hebben mooie plannen!**

Vooruitblik op 2026

In 2026 hopen wij samen nog meer ouders/verzorgers en kinderen in Lelystad te kunnen ondersteunen. Daarvoor kunnen we jouw hulp goed gebruiken. Ken jij iemand die baat kan hebben bij onze hulp, website of nieuwsbrief? Verwijs deze persoon dan deze maand nog door naar Lisa Lelystad. Zo help je niet alleen ons, maar ook andere gezinnen in de stad. Samen zorgen we ervoor dat de juiste ondersteuning op het juiste moment beschikbaar is.



We hebben mooie plannen voor 2026! Denk aan nieuwe bijeenkomsten, praktische informatie en waardevolle tips, afgestemd op wat ouders/verzorgers in Lelystad nodig hebben. Wil je weten wat er op de planning staat? In deze nieuwsbrief vind je alvast een eerste overzicht. Houd ook onze website en social media in de gaten voor het meest actuele aanbod.

Heb je zelf een idee of tip voor Lisa Lelystad? Laat het ons weten en mail jouw suggestie naar: info@lislelystad.nl

Mail jouw suggestie

Aanbod van Lisa Lelystad

Elke **1e**
donderdag
v.d. maand
13.00 - 15.00 uur



🗣️ Elke eerste donderdag van de maand

Spreekuur Kennisplein

 **Donderdag 5 februari en donderdag 5 maart 2026**

 **13.00 – 15.00 uur**

 **Kennisplein, Flevomeer Bibliotheek, Promesse 4, Lelystad**

Heb jij vragen over relaties, echtscheiding, geldzorgen of opvoeding? Of wil je meer weten over waar je terecht kan voor persoonlijke begeleiding of een cursus? Kom dan op de eerste donderdag van de maand tussen 13.00-15:00 uur langs en wij denken met je mee!

Flyer

 Bekijk de flyer: tinyurl.com/flyer-spreekuur-lisa-lelystad

🗣️ Tips, herkenning en uitwisseling

Bijeenkomst 'Samengesteld gezin'

 **Maandag 16 maart 2026**

 **11.00 – 12.30 uur**

 **MDFlevoland, Meenthoek 1, Lelystad** (Let op: dit is **niet** het hoofdkantoor)



Leef jij als ouder/verzorger in een samengesteld gezin? Of ben je op zoek naar je plek daarin? En vraag je je weleens af: Hoe doen anderen dat eigenlijk? Meld je dan aan voor deze gratis bijeenkomst 'Samengesteld gezin'.

Tijdens deze bijeenkomst ontmoet je andere ouders in een soortgelijke situatie. Je krijgt handige informatie van een gezinscoach en een schoolmaatschappelijk werker van MDF én je hoort hoe anderen het aanpakken.

Meedoen?

 Stuur een mailtje naar info@lisa-lelystad.nl. Deelname is gratis.

 Bekijk de flyer: tinyurl.com/flyer-samengestelde-gezinnen

Is deze bijeenkomst niets voor jou, maar ken jij anderen die hier iets aan kunnen hebben? Stuur ze dan deze nieuwsbrief of de flyer door!

Aanmelden 16 maart

Even de weg kwijt met je opvoedvraag? Wij helpen je op weg!

🔍 Of je nu zelf een vraag hebt als ouder/verzorger, of als professional met iemand meedenkt – deze kaart helpt je op weg. Maar kan ook handig zijn voor anderen! Deel 'm dus gerust met iemand voor wie dit van pas kan komen.

[illegible]

Herken je dit?

- Je staat er niet alleen voor! In Lelystad zijn er allerlei trainingen en cursussen voor ouders/verzorgers én voor kinderen/jongeren. Van weerbaarheid tot omgaan met emoties, van communicatie tot steun bij scheiding of verslaving.

Bekijk de flyer: <https://tinyurl.com/lisa-flyer-trainingen>



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  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 lisa-lelystad.nl/samen-groeien

088 – 0029922 info@lisa-lelystad.nl  www.lisa-lelystad.nl

In het voorjaar van 2026 gaan ook diverse trainingen en cursussen binnen Lelystad weer van start. Ben jij benieuwd wat voor trainingen en workshops er gegeven worden of wil jij jezelf of je kind aanmelden? Kijk dan op lisa-lelystad.nl/samen-groeien voor meer informatie.

#tipvanlisa

Houd ook onze socials in de gaten! Wij posten namelijk regelmatig over aankomende cursussen, workshops, bijeenkomsten en trainingen in Lelystad.

👉 Snel al onze tips checken? Zoek dan op Insta of Facebook op [#tipvanlisa](#).

Hulp & advies rondom scheiden

Lisa biedt laagdrempelige hulp en advies voor iedereen die met een scheiding te maken heeft of deze overweegt. Of je nu vragen hebt over ouderschap, wonen, geldzaken of juridisch advies: Lisa werkt samen met maatschappelijk werkers, jeugdhulpverleners en gespecialiseerde Familie Mediators om je verder te helpen.

Handige tips elke 1e dinsdag van de maand

Elke 1e dinsdag van de maand delen we via onze sociale media kanalen handige tips en informatie met je over scheiden en delen we informatieve blogs over dit onderwerp. Volg ons dus zeker als je deze niet wilt missen!

 **Nieuwsbrief februari met thema 'Scheiden'**

Volgende maand staat onze nieuwsbrief geheel in het teken van scheiden. Wil je nu al meer lezen over dit onderwerp? Kijk dan op onze website:

 [Ik ga scheiden, wat nu?](#)

 [Scheiden en ouder blijven](#)

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](tel: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

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@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](#)

