



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



Terugblik & vooruitblik

Het nieuwe jaar is begonnen en we kijken graag met jullie terug op het afgelopen jaar met Lisa Lelystad! We kijken ook 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 tussen zit en meld je aan waar nodig.

Tips van de maand

📌 Meld je aan voor onze gratis workshop voor professionals over **schermgebruik bij het jonge kind** op 5 februari 2026!

📌 Wist je dat Lisa Lelystad sinds kort ook te vinden is op **LinkedIn**? Op ons **kanaal** delen we regelmatig waardevolle informatie voor iedereen die werkt met kinderen, jongeren en ouders/verzorgers in Lelystad. Denk aan handige tipsheets, relevante blogs, updates over aankomende trainingen en workshops, en andere informatie die jou kan helpen in je werk. Volg ons via: [🔗 linkedin.com/company/lisa-lelystad](https://www.linkedin.com/company/lisa-lelystad)

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 organiseren voor ouders/verzorgers 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

Voor professionals hebben wij ook niet stilgezeten en organiseren we:

- De lezing *Over the Borderline*
- De training *Nu Niet Zwanger*
- Lezing over Jonge Mantelzorgers
- Workshop *Preventie met Gezag*
- het *Speeddate event* met voorveldorganisaties
- Workshop *Scheiden en onderwijs* bij de Stichting Schooldag
- De workshop *Scheiden* voor professionals

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](#)
- [🔗 Kind & Scheiding - voor professionals](#)
- [🔗 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 in jouw netwerk die nog niet bekend is met Lisa Lelystad en gebaat is bij hulp, advies of onze 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, kinderen en professionals 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 jij tips of ideeën hoe wij kunnen verbeteren of waar wij ons op kunnen richten in 2026? Of wil jij graag dat Lisa Lelystad aansluit bij een activiteit of informatiemarkt? Laat het ons weten en mail jouw suggestie naar: info@lisa-lelystad.nl

Mail jouw suggestie

Aanbod van 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



Tips over balans, rust en mediaopvoeding

Workshop schermgebruik

Donderdag 5 februari 2026

15.00 – 16.00 uur

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

voor professionals uit zorg, onderwijs, welzijn, jeugd- en gezinswerk

Mediaopvoeding bij jonge kinderen kan een zoektocht zijn. Naar rust, balans en duidelijke grenzen. Misschien herken je het gevoel:

- Dat we niet meer om schermgebruik heen kunnen
- Dat media invloed hebben op gedrag en emoties
- Dat het lastig is om balans te vinden tussen scherm en spel

Tijdens dit webinar leer je hoe je op een verantwoorde manier omgaat met schermgebruik en media bij jonge kinderen. We nemen je mee in veelvoorkomende situaties, delen handige tips en gaan in op vragen.

Meedoen?

- Stuur een mailtje naar info@lisa-lelystad.nl. Deelname is gratis.
- Bekijk de flyer: tinyurl.com/workshop-schermgebruik-profs

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 5 februari



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



 Op maandag in de oneven weken

Casuïstiekoverleg

 **Maandag 12 januari, 26 januari, 9 februari en 23 februari 2026**

 **10.00 – 11.30 uur**

 **via Teams**

Ben jij benieuwd naar wat er voor ouders/verzorgers, kinderen en jongeren in Lelystad zoal aan preventief aanbod is? Wil je dat er iemand met je meedenkt op zoek naar een passend aanbod? Heb je een vraag over een (complexe) casus of dreigt een casus vast te lopen? Dan is het casuïstiek overleg van Lisa Lelystad er voor jou.

Wij denken graag mee en kijken samen met jou naar de mogelijkheden, bijvoorbeeld wat er voor aanbod in te zetten is. Tijdens het casuïstiekoverleg zitten we digitaal als kernpartners, en soms ook met samenwerkingspartners, van Lisa Lelystad samen om met elkaar te bedenken welk aanbod het meest passend is voor de vraag van de ouder/verzorger of professional.

Meer informatie over casuïstiek en hoe je je hiervoor kan aanmelden, vind je op onze website via  [Professionals • Lisa Lelystad](#)

Nieuws van Lisa Lelystad



Routekaart

Ken jij ouders/verzorgers die even de weg kwijt zijn met hun opvoedvraag? Wij helpen ze op weg!

 Of je nu zelf een vraag hebt als professional, of meedenkt met een ouder/verzorger – deze kaart laat je in één oogopslag zien wat wij kunnen betekenen rond vragen over opvoeden en opgroeien in Lelystad. Deel 'm dus gerust

met je netwerk!

🔗 Bekijk of download de routekaart hier: tinyurl.com/routekaart-lisa-lelystad



Trainingen in Lelystad

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>

lisa lelystad

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? Kijk dan op lisalelystad.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

Als professional kun je vragen hebben over hoe je ouders en kinderen het beste kunt ondersteunen. Bij Lisa Lelystad kun je met die vragen terecht.

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 in het teken van scheiden. Heb jij of heeft jouw organisatie input waarvan je graag wilt dat we die delen? Laat het ons **weten vóór 4 februari!**

Meer lezen over dit onderwerp? Kijk dan op onze website:

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

 [Scheiden en ouder blijven](#)

Lisa nu ook op LinkedIn

Wist je dat Lisa Lelystad sinds kort ook te vinden is op LinkedIn? Op ons **kanaal** delen we regelmatig waardevolle informatie voor iedereen die werkt met kinderen, jongeren en ouders/verzorgers in Lelystad.

Denk aan handige tipsheets, relevante blogs, updates over aankomende trainingen en workshops, en andere informatie die jou kan helpen in je werk.

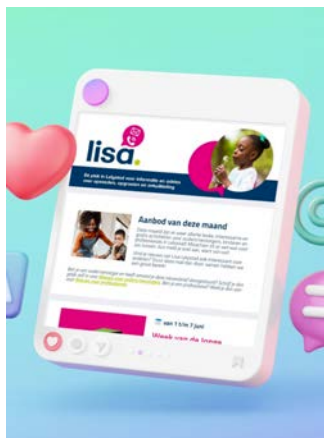
👉 Volg ons via:  linkedin.com/company/lisa-lelystad en blijf zo eenvoudig op de hoogte van alles wat we doen!

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@lisaaleystad.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

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@lisaaleystad.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](#)

