

Hoboken, 15 april 2020



Beste ouders,

in deze periode vang je als ouder thuis de kinderen op. Dat is wennen.

We merken dat dit niet vanzelfsprekend is voor iedereen.

Een vaste structuur aanbrengen thuis brengt rust, zowel voor de kinderen als voor jezelf.

Hieronder volgen enkele tips die kunnen helpen bij de aanpak.

Structuurkaarten kunnen helpen om samen met je kind(eren) een dagplanning op te stellen.

Onderaan deze brief vind je terug hoe je met de structuurkaarten aan de slag kan.

### Enkele tips:

- Start de dag zoals een echte schooldag:  
**Laat de wekker aflopen** bv. om 8 uur. Iedereen staat op.  
**Wassen, aankleden en samen aan de ontbijttafel.**
- Denk samen na over jullie dagindeling: **wat staat er vandaag op het programma?**



- Spreek af wat jullie samen doen en wat de kinderen alleen doen. Dit kan in de **dagindeling met kleuren** aangegeven worden.  
Bijvoorbeeld:  
een groene magneet/wasspeld aan het kaartje = dit kunnen we samen doen  
rood = nu werk je alleen en stoor je me niet  
oranje = je werkt alleen maar je mag me wel storen.
- Pas indien mogelijk de dagindeling van de school toe en plan de dag in 7 blokken:  
Voormiddag deel 1  
Voormiddag pauze  
Voormiddag deel 2  
Middag  
Namiddag deel 1  
Namiddag pauze  
Namiddag deel 2
- **Plan activiteiten zoals eten, spelen, taken maken, speeltijd, schermtijd, lezen,...**  
**in.**
- **Beperk de schermtijd.**  
Schermtijd = spelen/kijken op gsm, tablet, computer, TV.  
**Plaats schermtijd mee in de dagplanning** indien nodig of geef je kind 's morgens 2 kaartjes voor telkens een half uur schermtijd.



**schermtijd**

- Schooltaken waarbij hulp nodig is? Niet het aantal uren is belangrijk, maar regelmatig de leerstof herhalen.
- **Beter korte leer- en werkmomenten**, dan urenlang werken zonder pauze.
- Probeer **elke dag dezelfde structuur** aan te bieden. Zo weet je kind wat verwacht wordt en kan het beter wennen de nieuwe situatie thuis.
- Kan je zelf je werk als ouder in blokken indelen? **Stem jouw werktijd en de taken van je kind op elkaar af**. Pauzeren kan samen, opnieuw aan de slag gaan ook.
- Sta als ouder open voor feedback van je kind: Wat lukt? Wat lukt niet? Pas de dagindeling indien nodig aan.
- **Geef je kind een compliment wanneer het goed bezig is**. Moedig het extra aan wanneer het moeizaam gaat.
- Wees mild. Verwacht als ouder geen perfectie. Er zullen altijd dingen zijn die moeilijker lopen.
- **Sluit de dag ook tijdig af, net zoals een gewone schooldag**. Zorg ervoor dat de dag niet wordt afgesloten met schermtijd, maak even tijd om samen een verhaal te lezen of laat je kind een boek lezen in bed.



- Gsm's, tablets en computers horen niet thuis in de slaapkamer.
  - **Heb je toch nog vragen** omdat het je onvoldoende goed lukt thuis, kan je:
    - de klasleerkracht contacteren
    - de zorgcoördinator, juf Martje, contacteren: [juf.martje@hofkevanthys.be](mailto:juf.martje@hofkevanthys.be)
    - bellen of chatten met het CLB: dit kan elke dag van 14u tot 21u, zowel kinderen als ouders kunnen hier terecht met vragen: [CLBch@t.be](mailto:CLBch@t.be)
- Tel. 03 216 29 38

#### Hoe kan je aan de slag met de structuurkaarten:

- Druk de structuurkaarten enkelzijdig af.  
**De structuurkaarten kan je downloaden op de website van de school OF je haalt een afgedrukte versie af op school. (grote zaal)**
- Kies de kaarten die je wilt/kan gebruiken en knip ze uit.
- Hang ze op een centrale plek in huis:
  - aan een touw met wasspelden
  - op een prikbord of op een magneetbord/ijskast
- Je kind kan de dagplanning volgen door de kaartjes om te draaien die voorbij zijn OF door de magneet of wasspeld te verplaatsen doorheen de dag.
- Je kan vaste kleuren gebruiken die aangeven wanneer je kind alleen moet werken en wanneer je zelf niet of wel mag gestoord worden.
  - groen = dit kunnen we samen doen
  - oranje = dit doe je alleen, maar je mag me storen
  - rood = je werkt alleen, zonder hulp, je stoort me niet.