mentale
gezondheid
jeugd
Stichting Saarisnietgek

Voor de ouders/verzorgers,

‘Saarisnietgek’ is hét eenmalig magazine voor kinderen van 10-12 jaar, dat gaat over emoties en hoe daarmee om te gaan.

De mentale gezondheid van jongeren komt regelmatig in het nieuws. Naast de lichamelijke gezondheid van uw kind, is het fijn dat uw kind goed in zijn vel zit, oké is met zichzelf en zichzelf leert kennen. Het herkennen van emoties en het daarmee omgaan, is soms nodig om de uitdagingen van de dag aan te kunnen en met voldoende zelfvertrouwen de wereld in te stappen. Als uw kind beter over gedachten en gevoelens kan praten, helpt dat om gezond te blijven. Praten en delen helpt! Daar kun je niet vroeg genoeg mee beginnen.

Dat is precies de reden waarom het Magazine Saarisnietgek is gemaakt, om emoties, gevoelens en gedachten, makkelijker bespreekbaar te maken bij kinderen van 10-12 jaar. Met dit magazine heeft u een handvat om daarover het gesprek met uw kind aan te gaan. Op een speelse manier en op een wijze die bij u en uw kind past.

Uw kind kan lezen, puzzelen, opdrachten maken, filmpjes bekijken en zichzelf herkennen in de interviews met leeftijdgenoten. Uiteraard is er ook humor verwerkt in het magazine.

Maakt u zich zorgen over de (mentale) gezondheid van uw kind? Ga dan altijd het gesprek aan met de leerkracht, de intern begeleider/ondersteuningscoördinator van de school of de huisarts. Zij weten de weg als een eventuele verwijzing nodig is.

Veel plezier samen met het magazine Saarisnietgek!

Stichting Saarisnietgek www.saarisnietgek.nl