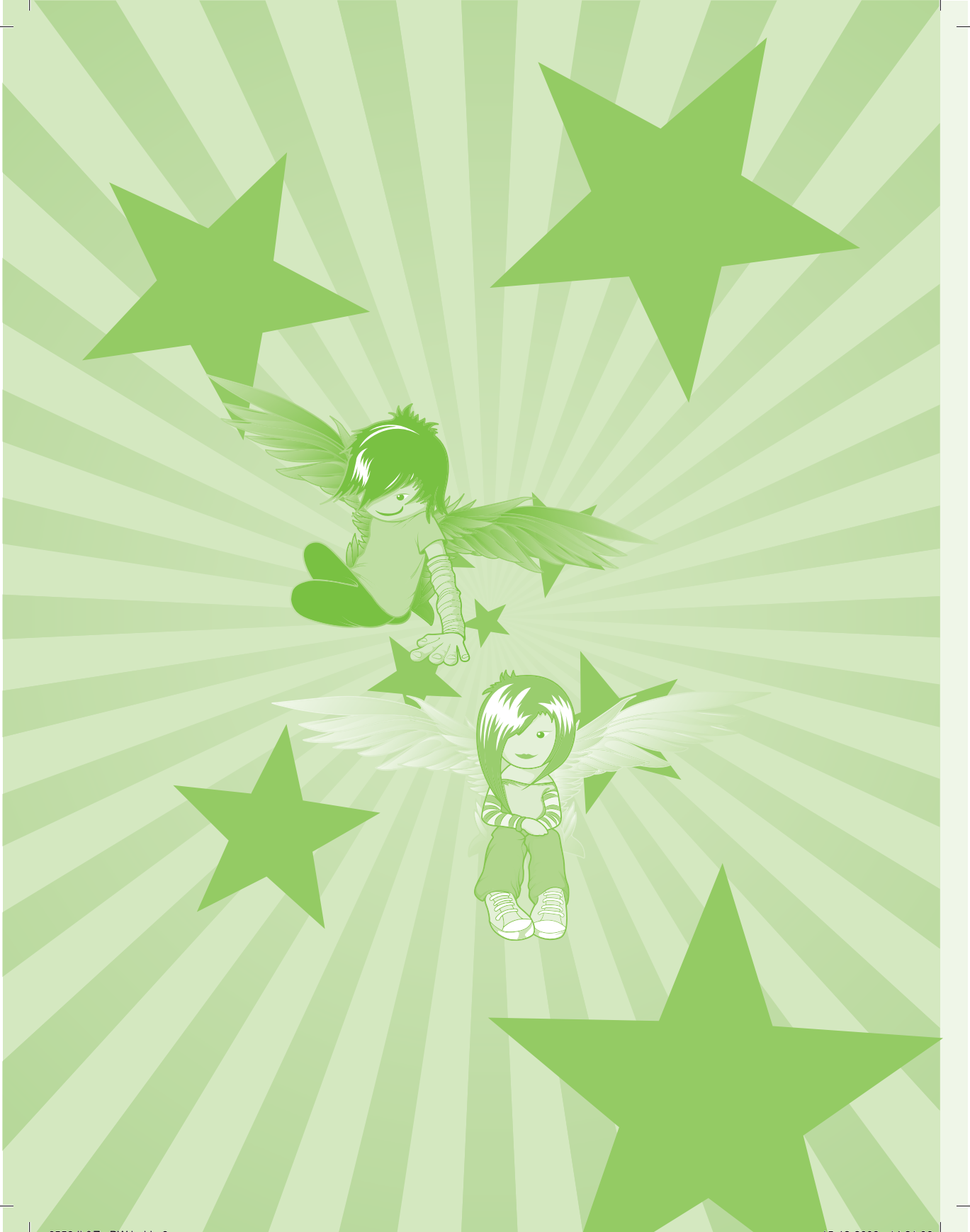


Wat staat er in dit boekje?

- ★ Informatie voor ouders (scheur 't maar uit voor ze!) 7
- ★ Even uitleggen... 11
- ★ Ik & Zo! Dit ben ik! 15
- ★ Ik & Zo! Handig om te weten 17
- ★ Weekschema co-ouderschap 29
- ★ Planning weekenden, vakanties & feestdagen! 35
- ★ Ik & Zo... belangrijk! 41
- ★ Ik & Zo woon ik! 45
- ★ Ik & Zo gaat het! 57
- ★ Ik & Zo! Info! 95
- ★ Ik & Zo! Wie is wie? (een soort vriendenboekje)





----- Scheur deze bladzijde uit voor je mama -----

Informatie voor ouders: wat te doen met *Ik & Zo!*?

Het boekje *Ik & Zo!* is in eerste instantie voor je kind. Het is een notitie- en afsprakenboekje voor kinderen waarvan de ouders uit elkaar zijn.

Het leven van deze kinderen verandert vaak behoorlijk en is dan niet altijd meer zo overzichtelijk. Ze wonen bijvoorbeeld bij hun moeder en gaan soms naar hun vader, of ze wonen een deel van de week bij hun vader en een deel bij hun moeder. Ze moeten geregeld omschakelen want ze hebben twee huizen, en misschien ook twee slaapkamers, soms twee gezinnen, en kennen in elk huis of gezin wellicht andere regels.

Ik & Zo! is te gebruiken voor kinderen van ongeveer 8 tot 13 jaar.* Ze kunnen het met zich meenemen, waar ze ook zijn.

In 'Handig om te weten' kunnen belangrijke telefoonnummers, adressen, bereikbaarheid en dergelijke worden opgeschreven. Ook voor planningen van co-ouderschap, weekenden, vakanties en andere bijzonderheden is ruimte. Je kunt samen met je kind invullen wat van toepassing is op jullie situatie. Ook in het gedeelte 'Ik & Zo... belangrijk' kun je samen invullen welke afspraken en regels met betrekking tot bijvoorbeeld bedtijden, eten en computeren jullie belangrijk vinden.

Verschillende schema's uit *Ik & Zo!* zijn te downloaden van de site van Uitgeverij SWP: www.swpbook.com/1203.

Ik & Zo! is geen boekje om de scheiding te verwerken of ermee om te leren gaan. Wel is het een praktisch boekje waarin je kind zijn of haar 'twee leefwerelden' kan samenvoegen. Er is ruimte om ervaringen en belevenissen te beschrijven of te tekenen. Ook kan je kind er bijvoorbeeld foto's inplakken. In het boekje worden hiervoor verschillende suggesties gegeven. Zo heeft je kind een leuk hulpmiddel om overzicht te krijgen over zijn of haar (nieuwe) leven.

Het kan voor jou als ouder soms lastig zijn de 'andere' wereld van je kind te zien; het leven bij de andere ouder, in een andere omgeving. Voor je kind is dat nieuwe leven ook iets waar hij of zij mee om moet leren gaan. Het uitneembare 'Ik & Zo! Wie is wie?' (een soort vriendenboekje) kan hierbij helpen. In dat gedeelte kunnen zowel de vertrouwde als de nieuwe gezins- en familieleden wat over zichzelf schrijven. Voor je kind een bekende en veilige manier om zijn omgeving te leren kennen.

* Voor (ouders van) kinderen van 0 tot 7 is er het boekje *Ik & Co!*

Informatie voor ouders: wat te doen met *Ik & Zo!*?



----- Scheur deze bladzijde uit voor je papa -----

Informatie voor ouders: wat te doen met *Ik & Zo!*?

Het boekje *Ik & Zo!* is in eerste instantie voor je kind. Het is een notitie- en afsprakenboekje voor kinderen waarvan de ouders uit elkaar zijn.

Het leven van deze kinderen verandert vaak behoorlijk en is dan niet altijd meer zo overzichtelijk. Ze wonen bijvoorbeeld bij hun moeder en gaan soms naar hun vader, of ze wonen een deel van de week bij hun vader en een deel bij hun moeder. Ze moeten geregeld omschakelen want ze hebben twee huizen, en misschien ook twee slaapkamers, soms twee gezinnen, en kennen in elk huis of gezin wellicht andere regels.

Ik & Zo! is te gebruiken voor kinderen van ongeveer 8 tot 13 jaar.* Ze kunnen het met zich meenemen, waar ze ook zijn.

In 'Handig om te weten' kunnen belangrijke telefoonnummers, adressen, bereikbaarheid en dergelijke worden opgeschreven. Ook voor planningen van co-ouderschap, weekenden, vakanties en andere bijzonderheden is ruimte. Je kunt samen met je kind invullen wat van toepassing is op jullie situatie. Ook in het gedeelte 'Ik & Zo... belangrijk' kun je samen invullen welke afspraken en regels met betrekking tot bijvoorbeeld bedtijden, eten en computeren jullie belangrijk vinden.

Verschillende schema's uit *Ik & Zo!* zijn te downloaden van de site van Uitgeverij SWP: www.swpbook.com/1203.

Ik & Zo! is geen boekje om de scheiding te verwerken of ermee om te leren gaan. Wel is het een praktisch boekje waarin je kind zijn of haar 'twee leefwerelden' kan samenvoegen. Er is ruimte om ervaringen en belevenissen te beschrijven of te tekenen. Ook kan je kind er bijvoorbeeld foto's inplakken. In het boekje worden hiervoor verschillende suggesties gegeven. Zo heeft je kind een leuk hulpmiddel om overzicht te krijgen over zijn of haar (nieuwe) leven.

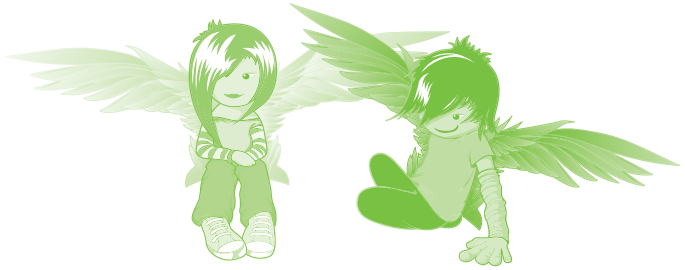
Het kan voor jou als ouder soms lastig zijn de 'andere' wereld van je kind te zien; het leven bij de andere ouder, in een andere omgeving. Voor je kind is dat nieuwe leven ook iets waar hij of zij mee om moet leren gaan. Het uitneembare 'Ik & Zo! Wie is wie?' (een soort vriendenboekje) kan hierbij helpen. In dat gedeelte kunnen zowel de vertrouwde als de nieuwe gezins- en familieleden wat over zichzelf schrijven. Voor je kind een bekende en veilige manier om zijn omgeving te leren kennen.

* Voor (ouders van) kinderen van 0 tot 7 is er het boekje *Ik & Co!*

Informatie voor ouders: wat te doen met *Ik & Zo!*?



Even uitleggen...



Dit boekje is voor JOU!

Dit boekje is voor kinderen van wie de ouders uit elkaar zijn. Voor jou dus. Je woont bijvoorbeeld bij je moeder en gaat soms naar je vader, of andersom. Of je woont de helft van de tijd bij je vader en de andere helft van de tijd bij je moeder. Jij hebt van alles twee: twee huizen, twee slaapkamers, twee gezinnen en noem maar op. Misschien heb je ook nog wel broertjes en zusjes in het ene en in het andere gezin. Dat kan best wel eens wennen zijn. Oh ja, en je herkent misschien ook dat er in het ene huis andere regels gelden over wat je wel en niet mag of moet, dan in het andere huis... En wat vind je daar eigenlijk van?

Waarom krijg jij dit boekje?

Jij moet wat vaker dan andere kinderen wisselen van huis, van slaapkamer, en van gezin. Verder ga je natuurlijk ook nog naar school en misschien naar de buitenschoolse opvang en een sport- of hobbyclub.

Dus... heb je het gevoel dat het soms wat druk wordt?

Weet je niet meer waar je nou ook al weer naar toe gaat? Bij wie je eet of slaapt, wanneer dat dan is en wie je haalt of brengt?

Moet je je weer aanpassen, heb je soms heimwee en is het weer behoorlijk wennen?!

Dan is dit boekje een kleine hulp voor JOU!

Even uitleggen.....



In dit boekje kun je verschillende schema's, planningen en belangrijke gegevens invullen, zodat je altijd overzicht hebt van waar je moet zijn of waar je naar toe moet. In het volgende stukje lees je wat je nog meer met dit boekje kunt doen.

Vriendenboekje... wordt familieboekje?! Wie is wie?

Soms krijg je na een scheiding nieuwe broertjes of zusjes of een stiefmoeder of stiefvader. Eigenlijk zijn er dan twee gezinnen waar je bij hoort. Dat kan best wennen zijn, maar je wilt ze misschien wel leren kennen. Daarvoor is het vriendenboekje 'Wie is wie?', dat je achterin kunt vinden. Het is niet echt een vriendenboekje zoals je die misschien kent, omdat het meer bedoeld is voor je (nieuwe) familieleden. Bedenk maar eens wie je er in zou willen laten schrijven.

Je kunt 'Wie is wie?' uit dit boekje halen, zodat niet iedereen alle andere dingen die je in *Ik & Zo!* schrijft, hoeft te lezen.

Veel plezier met schrijven, tekenen en foto's plakken!

Maak er voor jezelf wat leuks van!



Ik & Zo!

Wat kun jij doen met dit boekje?

Hoofdstukken <i>Ik & Zo!</i>	Wat kun jij ermee?
Informatie voor ouders (2x)	Scheur het voor ze uit en laat het ze lezen! (dan heb je de rest van het boekje voor jezelf)
Even uitleggen...	Even doorlezen is handig...
Ik & Zo! Dit ben ik! (jij dus!)	Vul maar in!
Ik & Zo! Handig om te weten	Belangrijke telefoonnummers invullen: mobiele nummers van je ouders, nummers van school, van je huisarts & zo! Hoe ziet jouw week eruit? Invullen met mama of papa: <ul style="list-style-type: none">★ Hoe laat moet je naar school?★ Wanneer ga je naar de BSO/ opvang?★ Wanneer ga je sporten, naar muziekles, etc?
Weekschema co-ouderschap	Wanneer ben je bij wie? Je kunt hier (samen) invullen wanneer je bij papa of mama bent

Even uitleggen.....



Planning weekenden, vakanties & feestdagen!	Je kunt hier ook (samen) invullen welke weekenden, vakanties of feestdagen je bij papa of mama bent.
Ik & Zo woon ik!	Hier kun je foto's, tekeningen, notities of wat dan ook maken van allebei je kamers/huizen/gezinnen ofwel jouw leven!
Ik & Zo... belangrijk!	Vul samen met mama en/of papa in welke regels en afspraken er gelden over computeren, bedtijd enzovoorts.
Ik & Zo gaat het!	Je kunt hier van alles en nog wat opschrijven, als in een soort dagboekje: hoe gaat het met je, wat vind je zelf belangrijk, wat wil je onthouden, hoe was je week/weekend/vakantie, zie maar!
Ik & Zo! Info	Waar kun je meer informatie vinden?
Ik & Zo! Wie is wie? Een soort vriendenboekje dat je uit dit boekje kunt halen, zodat niet iedereen alle andere dingen die je in Ik & Zo! schrijft, hoeft te lezen.	Wie is wie? Laat je (stief-)ouders/ broertjes/zusjes/ opa's/ oma's en wie je wilt, uit allebei je gezinnen hier in schrijven: zo leer je ze een beetje kennen!



Ik & Zo! Dit ben ik!

Dit boek is van _____



Adressen

E-mail/MSN/Hyves & zo _____

Mijn mobiele nummer _____

Bij mama woon ik hier

Straat en huisnummer _____

Postcode/plaats _____

Telefoonnummers _____



Bij papa woon ik hier

Straat en huisnummer _____

Postcode/plaats _____

Telefoonnummers _____

**Andere belangrijke telefoonnummers/informatie:
(bijv. oma of vriendje)**

Naam _____

Telefoonnummer(s) _____

Naam _____

Telefoonnummer(s) _____

Naam _____

Telefoonnummer(s) _____



Ik & Zo! Handig om te weten!



Mijn huisarts

Naam _____

Adres _____

Telefoonnummer(s) _____

Medicijnen & hoe in te nemen:

(dit hoeft alleen in te vullen als je medicijnen slikt)

Andere bijzonderheden (zoals allergieën & ziekten):

Mijn school

Naam _____

Adres _____

Telefoonnummer(s) _____

Groep _____

Leerkracht _____

Schooltijden

Datum (per wanneer gaat dit schema in): _____

Dag	Ochtend	Middag
Maandag		
Dinsdag		
Woensdag		
Donderdag		
Vrijdag		

