

Wittemza...

Kids

Vrije
tijd





Vrije tijd

Voor kinderen die meer wil weten over hoe ze hun vrije tijd kunnen invullen.

Volg jij in je vrije tijd balletles of speel je bij een voetbalclub? Misschien lees je graag een boek? Kinderen hebben nu meer vrije tijd dan vroeger. Toch vinden veel kinderen dat zij het zeer druk hebben. Soms is het leuk om eens helemaal niets te moeten doen. Want kinderen hebben recht op vrije tijd. Dat staat in het Verdrag van de Rechten van het Kind. In je vrije tijd kan je zelf kiezen wat je doet: buiten spelen, afspreken met vriendjes en vriendinnetjes, naar de muziekschool gaan...

Naast recht op vrije tijd heb je ook het recht om te spelen. Je kan spelen onder begeleiding, zoals in een jeugdbeweging. Maar thuis of in een speelstraat kan je vast zelf ook heel wat leuke spelletjes bedenken.



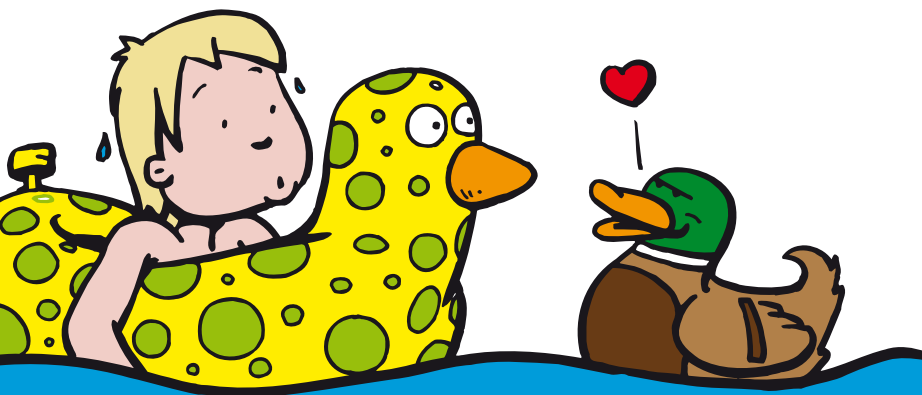
1

Vul zelf je vrije tijd in

Moet ik elke sport in clubverband doen?

Als je nadenkt, merk je dat je heel wat sport zonder dat je het zelf beseft. Je vindt het gewoon leuk om te doen en vult er je vrije tijd mee. Misschien vind je het leuk om te rolschaatsen of rijd je graag met de fiets. Of je voelt je in het zwembad als een vis in het water. Al die sporten kan je gerust op je eentje doen. Je hoeft je er niet voor aan te sluiten bij een club.

Misschien vinden je vrienden dezelfde sporten leuk. Dan kunnen jullie dat samen doen. Stippel bijvoorbeeld een rolschaatsparcours uit en kijk wie van jullie de snelste is.



Waar mag ik spelen...



in het groen?

Veel activiteiten kan je gewoon binnen in huis doen of in je tuin. Als je geen tuin hebt, is er misschien een park in de buurt waar je kan spelen. Je moet dan wel rekening houden met andere bezoekers. Je moet ook het reglement respecteren. Zo mag je niet overal met een bal spelen of op het gras lopen. Het parkreglement vind je meestal aan de ingang van een park. Mag je niet in het gras, dan staat dat vaak ook aan de grasperken zelf aangeduid.

Wist je dat?

Als je buitenspeelt, maak je vaak lawaai. Dat is niet erg zolang je de nachtrust van de buurtbewoners niet verstoort.

Dat staat in de wet op het nachtlawaai. Als je je niet aan die wet houdt, kan je eventueel een boete krijgen.

In sommige gemeenten geldt de wet op het nachtlawaai ook op zondag. Dan moet je rekening houden met de rust van de buurtbewoners in het algemeen. Je mag dan bijvoorbeeld geen luide muziek spelen, zelfs niet overdag.

op straat?

Wonen er veel kinderen in je straat, dan kan die tijdens een bepaalde periode een speelstraat zijn. Ouders kunnen dat op het gemeentehuis aanvragen. Verkeer moet er dan stapvoets rijden zodat jij op straat kan spelen.

In een woonerf mag je het ganse jaar door op straat spelen.

Zo'n woonerf wordt altijd aangeduid met een verkeersbord. Maar als je op straat speelt, moet je toch altijd voorzichtig zijn.

Steek bijvoorbeeld nooit zomaar de straat over.



Wat kan ik samen met vriendjes doen... als het regent?

Als het regent kunnen jullie gezelschapspelletjes spelen. Monopoly, dr. Bibber, kwartet,... De mogelijkheden zijn eindeloos. Je kan ook zelf spelletjes bedenken. Of trek een schort aan en kruip achter het fornuis. Als je scherpe messen nodig hebt of je moet het fornuis gebruiken, vraag je best hulp aan een volwassene.



bij mooi weer?

Is het mooi weer, dan kunnen jullie buiten spelen. Dan kan je tikkertje of verstoppertje spelen. Of maak met wat oude doeken, takken of plastic een kamp. Je kan dan allerlei regels bedenken die in jullie kamp gelden. Misschien bedenken jullie zelfs een geheime handdruk.

Als het echt warm weer is, kunnen jullie waterspelletjes spelen. Maak bijvoorbeeld waterbommen. Daarvoor vul je ballonnen met water en blaas je ze dan verder op. Gooi ze naar elkaar, maar pas op als ze de grond raken.



Wat kan ik allemaal op het internet doen?

Inspiratie opdoen.

Het internet bevat een schat aan informatie. Er zijn heel wat sites speciaal voor kinderen. Daarop vind je tips over spelletjes en boeken. Neem bijvoorbeeld eens een kijkje op www.kidscity.be of op www.ketnet.be. Ga zelf ook eens op onderzoek.



Wist je dat?

Niet iedereen heeft thuis een computer of internetverbinding, maar er bestaan wel plaatsen waar je op internet kan. Zo kan je terecht in de bibliotheek. Je moet daar dan wel voor betalen.

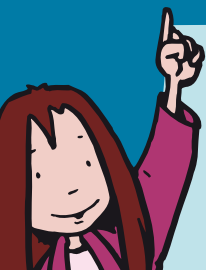
Spelletjes spelen.

Er bestaan heel wat sites waar je spelletjes kan spelen. Sommige speel je alleen, bij andere kan je tegen anderen spelen. Je kan dus afspreken met je vrienden om samen online te spelen. Voorbeelden van sites zijn www.leukespelletjes.be, www.zylom.com en www.spele.nl.



Een e-mail sturen.

Je kan je vrienden een brief sturen, maar via e-mail gaat het veel sneller. Zeker als je vriend in het buitenland woont, is dat het geval. Bovendien is het gratis. Het enige wat je nodig hebt is een computer, een internetverbinding en een persoonlijk e-mailadres. Een e-mailadres kan je gratis aanmaken bij bijvoorbeeld www.yahoo.com, www.hotmail.com of www.gmail.google.com. Je kan zelfs verjaardagskaarten via e-mail versturen. Dat heet dan een e-card.



Wist je dat?

De e- in e-mail staat voor electronic. Als je een e-mail verstuurt, verstuur je dus letterlijk elektronische post. Een e-card is een elektronische kaart die je via de elektronische post verstuurt.

Chatten

Wil je echt snel met je vrienden communiceren, dan kan je chatten. Daarvoor surf je naar een chatbox. Je kan een algemene chatbox kiezen, maar er bestaan ook chatboxen over bepaalde onderwerpen. Om een chatsessie te beginnen,

moet je eerst een naam opgeven. Je kan je eigen naam gebruiken, maar je kan er ook een verzinnen. Dat heet dan een nickname.

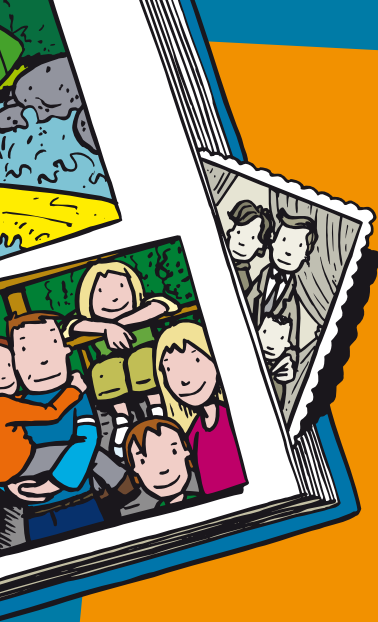


Wist je dat?

Via het internet kom je niet alleen in contact met je vrienden, maar ook met heel wat mensen die je niet kent. Bovendien kunnen zij zich anders voordoen dan ze werkelijk zijn. Je weet dus nooit echt wie er op jouw berichtjes antwoord of wie jouw berichtjes leest. Volgende tips zorgen ervoor dat je veilig op het internet kan:

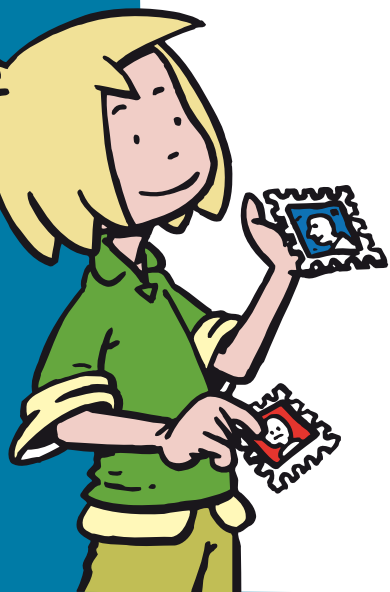
- Geef nooit persoonlijke gegevens, zoals je naam, adres of telefoonnummer, van jezelf of vrienden door via chat, mail of op een website.
 - Hou je paswoord geheim. Dat paswoord heb je nodig om je e-mailadres te openen of om in te loggen op bepaalde websites. Zodra iemand anders je paswoord kent, kan die zich als jou voordoen.
 - Bel niet of spreek niet zomaar af met iemand die je via het internet leerde kennen. Wil je toch afspreken, vraag het dan eerst aan je ouders en ga er nooit alleen naartoe.
 - Geloof niet alles wat je leest of hoort op internet.
 - Laat je niet doen. Je hoeft niet te antwoorden als jij dat niet wil. Stop met mailen of chatten als je daar zin in hebt.





Welke activiteiten kunnen we als gezin doen?

Heb je een broer of zus, dan heb je altijd een speelkameraadje in de buurt. Alles wat je met je vrienden kan doen, kan je ook met hen doen. Of jullie kunnen proberen om jullie stamboom uit te pluizen. Dan maken jullie een overzicht van al je familieleden en voorouders. Maar ook met het hele gezin kan je leuke dingen doen. Jullie kunnen naar een pretpark gaan of een museum bezoeken. Of maak samen een fietstocht of wandeling. Onderweg kunnen jullie dan zelfs picknicken. Je broer of zus en ouders hebben zeker zelf ook een aantal ideetjes.



Verzamelen en ruilen

Heel wat mensen starten als kind met een verzameling. Je kan van alles verzamelen: postzegels, sleutelhangers, stickers, geboortekaartjes,... Je kan die dan in een boek plakken of een plaatsje geven in een kast. Na verloop van tijd zal je heel wat items dubbel hebben. Als een van je vrienden hetzelfde verzamelt als jou, kunnen jullie die dubbele items onderling ruilen. Er bestaan zelfs beurzen waar verzamelaars samenkomen om hun verzameling te laten zien en met anderen te ruilen.

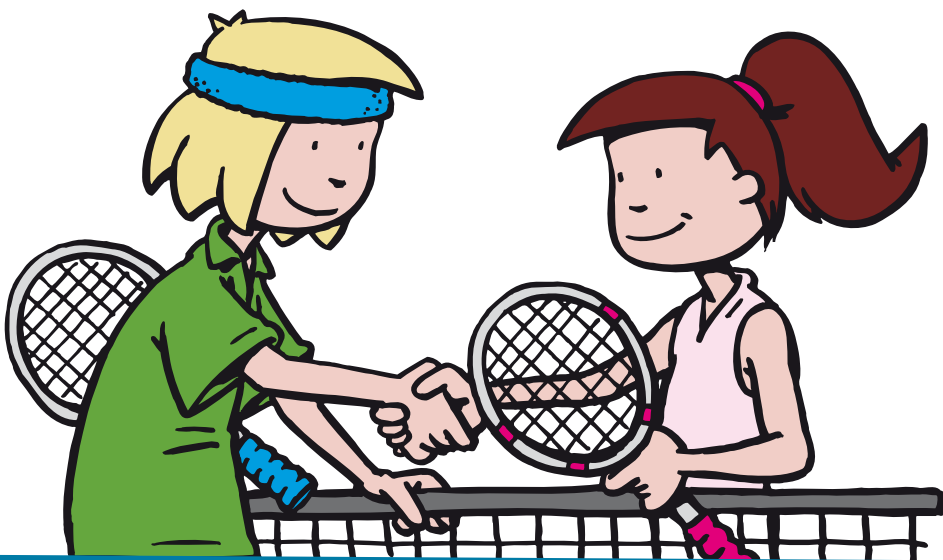
2

Georganiseerde vrije tijd

In je vrije tijd kan je ook heel wat dingen doen waarbij een vereniging of school de organisatie op zich neemt. Vaak moeten je ouders dan wel inschrijvingsgeld betalen of moet je betalen om binnen te mogen.

Waar kan ik sporten om deel te nemen aan wedstrijden?

Als je wil deelnemen aan wedstrijden, moet je meestal lid zijn van een club. Die club speelt dan mee in een bepaalde competitie. Er bestaan clubs voor zowat alle sporten. Als je bent aangesloten bij een club, ben je meestal ook verzekerd als er een ongeval gebeurt. Bovendien kom je in contact met andere kinderen die dezelfde sport leuk vinden.





Waar vind ik adressen van sportclubs?

Als je vrienden dezelfde sport beoefenen, kan je vragen bij welke club zij sporten. Je kan ook de adressen van sportclubs opvragen bij de sportdienst van je gemeente.

Sportclubs organiseren ook vaak opendeurdagen. Dan kan je kennismaken met nieuwe sporten of kan je alvast eens meetrainen. Zo weet je meteen of die sport iets voor jou is of dat je toch liever iets anders doet. Maar sporten bij een club kost geld. Je moet lidgeld betalen, een uitrusting kopen,... Bespreek dus eerst met je ouders of je je mag aansluiten.

Voetbal

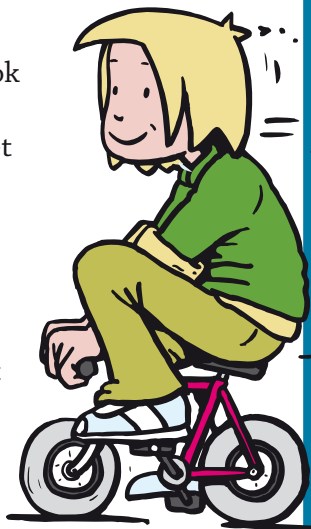
Wil je je graag aansluiten bij een voetbalclub? Dat kan van zodra je vijf jaar bent. De teams zijn opgedeeld per leeftijd en vanaf dertien jaar ook volgens geslacht. Tot jongens dertien jaar zijn en meisjes veertien jaar kunnen ze wel in hetzelfde team spelen. De meeste voetbalclubs trainen één of twee keer per week. Tijdens het weekend spelen ze een wedstrijd tegen andere clubs uit hun competitie.



Wielrennen

Zodra je acht jaar bent, mag je een wieleropleiding volgen. Als je toestemming krijgt van je ouders dan mag je vanaf dan ook deelnemen aan wielerveen. Maar je mag pas vanaf je twaalfde wedstrijden rijden. Het aantal veen en wedstrijden dat je mag rijden, is afhankelijk van je leeftijd.

Elke wielrenner tot 19 jaar krijgt ook een wielerveboekje. Daarin staat welke opleidingsattesten hij al heeft en aan welke wedstrijden hij deelneemt. Het boekje bevat ook een medisch geschiktheidsattest. Dat bewijst dat je fit genoeg bent om te mogen fietsen. Om zo'n attest te krijgen, moet je jaarlijks op controle bij de dokter.



Wat kan ik doen in een jeugdbeweging?

Veel kinderen zitten in een jeugdbeweging, zoals de Chiro, de Scouts, KLJ,... Daar doen ze allerlei activiteiten met hun leeftijdsgenootjes. Meestal organiseert een jeugdbeweging tijdens de zomer ook een kamp. Adressen van jeugdbewegingen vind je op de jeugddienst van je gemeente.



Wat is het verschil met een speelplein?

De meeste gemeentes organiseren op eigen initiatief tijdens de zomer een speelpleinwerking. Daar kunnen kinderen tijdens de vakantie terecht om in groep te spelen. Je wordt ingedeeld per leeftijd en doet er allerlei activiteiten, zoals spelletjes spelen, knutselen, gaan zwemmen,...

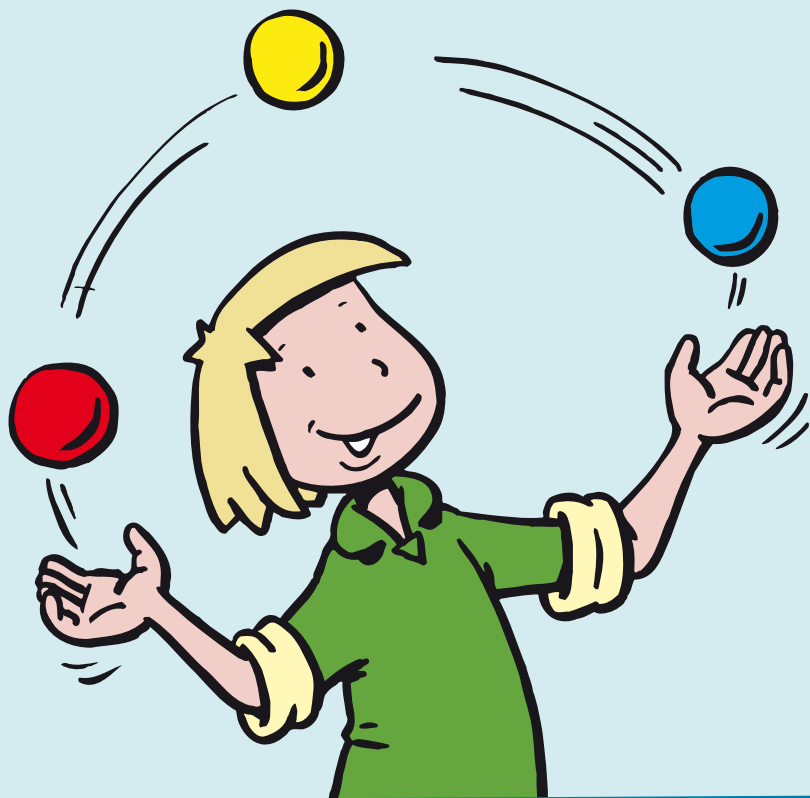
Waarvoor dient een Grabbelpas?

Met een Grabbelpas kunnen kinderen kennismaken met sport, spel, creativiteit, knutselen, uitstappen, film, theater en circus. Spel en plezier staan daarbij centraal. Kinderen tussen vier en twaalf jaar krijgen met hun Grabbelpas toegang tot bepaalde evenementen. Zij kunnen zelf kiezen welke evenementen zij bezoeken. Een Grabbelpas kost meestal tussen 2,5 euro en 5 euro per jaar.



Leren in je vrije tijd?

Je kan in je vrije tijd heel wat dingen leren. Je kan naar de muziekschool om een instrument te leren spelen of naar de tekenschool. Je kan zelfs leren jongleren in de circusschool. De meeste scholen volgen dezelfde kalender als die van je school. Tijdens de schoolvakanties hoef je dus niet naar de les. Meestal moet je op het einde van het schooljaar proeven afleggen om te kijken wat je dat jaar geleerd hebt. Als je die leerstof goed kan, krijg je een attest waarop staat dat je het volgende schooljaar naar een moeilijker jaar mag.



Bestaat er ook cultuur op kindermaat? Met Vlieg je mee?

Misschien ging je al met je ouders naar een museum, maar vond je de tentoonstelling nogal moeilijk. Of wil je graag eens naar het theater gaan? Er bestaan heel wat initiatieven die zich op kinderen richten. Op de website www.vliegjemee.be vind je heel wat tips rond theater, musea, film, boeken en festivals. Als je deelneemt aan de acties van Vlieg krijg je bovendien een uniek Vlieg-gadget.



Zelf ontdekken?

Je kan ook zelf op zoek gaan naar cultuur op kindermaat. Er zijn heel wat musea die speciale tentoonstellingen voor kinderen lopen hebben. Ook sommige theaterhuizen spelen kindvriendelijke voorstellingen. Op internet kan je zeker en vast een aantal ideeën opdoen.

Waar kan ik terecht voor een goed boek?

De meeste gemeenten hebben een bibliotheek. Als je lid wordt, krijg je een pasje waarmee je gratis boeken, cd's en dvd's kan ontlennen.

Je mag die dan voor een bepaalde tijd houden. Als je ze te laat binnenbrengt, moet je wel een boete betalen.

Wil je graag je mening geven over boeken? Dan kan je lid worden van de Kinder- en Jeugdjury Vlaanderen. Je helpt dan jaarlijks het beste jeugdboek kiezen. Neem eens een kijkje op hun website www.kjv.be



3 Nog vragen?

Heb je nog vragen over wat je in je vrije tijd kan en mag doen? Dan kan de jeugddienst van jouw gemeente je vast verder helpen.

De Kinderrechtswinkel heeft meerdere folders die jou kunnen interesseren. Neem dus zeker een kijkje op de website. Ook met andere vragen over jouw rechten kan je bij ons terecht.

Je kan ons mailen of bellen, of je kan eens langskomen. De Kinderrechtswinkel is elke woensdagnamiddag open van twee tot vijf uur. Wil je liever op een andere dag langskomen? Dan maken we een afspraak.

Je kan de Kinderrechtswinkel bereiken via



070 21 00 71



info@kinderrechtswinkel.be

Surf ook eens naar onze website!

www.kinderrechtswinkel.be





www.kinderrechtswinkel.be



september 2009

Met steun van de
Vlaamse overheid

