



@mamalistisch.nl

Zuf Plan

Juf Plan



Claire Recourt

Wist je dat?

Sinds 2020 heb ik een podcast voor moeders: Mamalistisch op o.a. Spotify!

Ik heb 2 dochters, Sophie (15) en Lotje (9)

Sinds 2024 heb ik mijn Diploma Professional Organizer!

Over mij

Ik ben gediplomeerd Personal Organizer, oftewel opruimcoach voor moeders. Om moeders nog beter te helpen, help ik nu ook hun kinderen aan Opruim- en Planvaardigheden!

Hobbies

Ik hou van schrijven, tekenen, knutselen en wandelen in het bos met mijn hondje Roos. Mijn grootste hobby is met de camper naar Zeeland rijden!



Contact

Juf Plan
06-53642981
Claire@mamalistisch.nl

Groep 1 (4-5 jaar) - "Speelgoed Opruimen en Rust"

Doelen:

- Kinderen leren opruimen op een speelse manier.
- Basis dagritme aanleren.

Activiteiten:

1. Speelgoed Opruimen
2. Dagritme Kleurkaarten
3. Rusthoekje Creeren

Duur van de workshop:

60 minuten, we kunnen dit opdelen (voor - na fruitpauze bijvoorbeeld)

Juf of meester mag meedoen!

Groep 2 (5-6 jaar) - "Opruimen met Verhalen"

Doelen:

- Opruimen koppelen aan verhalen en routines.
- Basisplanning introduceren.

Activiteiten:

1. Verhaal Opruimen
2. Eenvoudige Planning maken
3. Rust in de Klas oefeningen

Duur van de workshop:

60 minuten, we kunnen dit opdelen (voor - na fruitpauze bijvoorbeeld)

Juf of meester mag meedoen!

Groep 3 (6-7 jaar) - "Opruimen en Plannen"

Doelen:

- Inzicht geven in het belang van opruimen en plannen.
- Basis dagplanning maken.

Activiteiten:

1. Opruimspelletjes
2. Dagplanning Maken
3. Rustgevend hoekje creeëren in de klas

Duur van de workshop:

60 minuten, we kunnen dit opdelen (voor - na fruitpauze bijvoorbeeld)

Juf of meester mag meedoen

Groep 4 (7-8 jaar) - "Mijn 1e Eigen Planning"

Doelen:

- Kinderen laten kennismaken met het zelf maken van een eenvoudige planning.
- Het verband tussen een opgeruimde omgeving en rust uitleggen.

Activiteiten:

1. Eigen Planning maken
2. Opruimen en Rust uitleg
3. Rustmomenten

Duur van de workshop:

60 minuten

Juf of meester mag meedoen!

Groep 5 (8-9 jaar) - "Opruimen voor Rust en Focus"

Doelen:

- Leren hoe opruimen kan helpen bij concentratie en rust.
- Een weekplanning maken.

Activiteiten:

1. Opruimopdrachten
2. Weekplanning maken.
3. Reflectie: Praten over hoe ze zich voelen na het opruimen en plannen.

Duur van de workshop:

60 minuten, we kunnen dit opdelen

Juf of meester mag meedoen!

Groep 6 (9-10 jaar) - "Zelfstandig Plannen en Organiseren"

Doelen:

- Zelfstandig een dag- en weekplanning maken.
- Het belang van een opgeruimde omgeving voor mentale rust begrijpen.

Activiteiten:

1. Zelfstandig Opruimen
2. Dag- en Weekplanning maken
3. Mentale Rust

Duur van de workshop:

60 minuten

Juf of meester mag meedoen!

Groep 7 (10-11 jaar) - "Efficiënt Plannen en Opruimen"

Doelen:

- Geavanceerde technieken voor planning & organisatie aanleren.
- Het effect van opruimen op stress en productiviteit begrijpen.

Activiteiten:

1. Geavanceerdere opruimtechnieken laten zien (bijvoorbeeld het categoriseren van spullen).
2. Een gedetailleerde dag- en weekplanning maken, inclusief tijd voor schoolwerk, hobby's en rust.
3. Bespreken hoe opruimen en plannen kan helpen om stress te verminderen.

Duur van de workshop:

60 minuten

Groep 8 (11-12 jaar) - "Vorbereiden op de Middelbare School"

Doelen:

- Vorbereiden op de overgang naar de middelbare school door geavanceerde planning en organisatie.
- Leren hoe een opgeruimde omgeving en goede planning bijdragen aan succes en welzijn.

Activiteiten:

1. Specifieke technieken voor het organiseren van hun studeer- en leefruimte.
2. Begeleiden bij het maken van een gedetailleerde planning voor de week, inclusief schoolwerk, huiswerk, vrije tijd en rust.
3. Bespreken hoe ze deze vaardigheden kunnen toepassen op de middelbare school en in hun dagelijkse leven om stress te verminderen en succes te bevorderen.

Duur van de workshop:

max 120 minuten, we kunnen het opdelen (fruitpauze)

Aanvullingen:

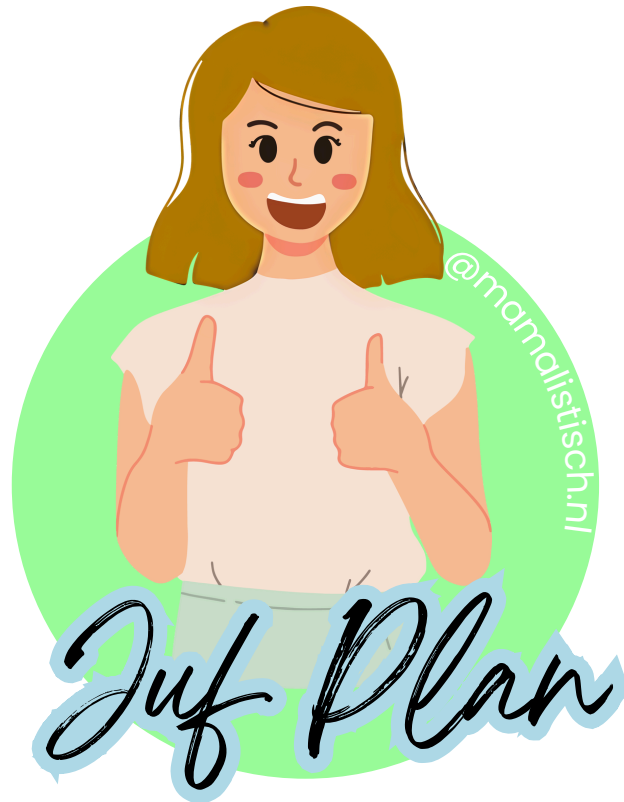
- **Visuele Hulpmiddelen:** Gebruik van kleurplaten, stickers, en visuele planners om het planningsproces leuk en begrijpelijk te maken.
- **Praktische Materialen:** Planners, kleurkaarten, en opruimmaterialen om de activiteiten te ondersteunen kunnen door mij worden geleverd of door school. Dit is niet in begrepen. Wel inbegrepen: Werkbladen of kleurplaten.
- **Betrokkenheid van Leerkrachten:** Ik werk graag samen met leerkrachten om deze technieken in de dagelijkse routines van de klas te integreren.
- **Met certificaat :** Iedere leerling ontvangt een certificaat als bewijs van deelname om thuis te laten zien.

Tarieven:

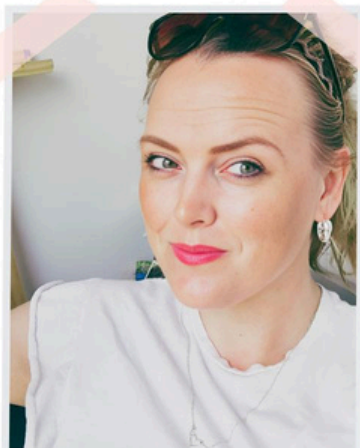
- **Uurtarief:** €48 per uur (ongeacht het aantal leerlingen).
- **Workshop Duur:** Een workshop kan maximaal 2 uur (groep 8) duren en bevat altijd spelelementen.
- **Aanpassingen:** Op verzoek kunnen specifieke onderdelen worden toegevoegd
- **Pakketprijs:** Alle groepen kunnen worden ingedeeld, pakketprijs is aan vragen via mamalistisch.nl

Extra Kosten:

- **Reiskosten:** €0,29 per kilometer.
- **Onkosten:** Eventuele extra onkosten worden vooraf besproken. De school kan vaak al beschikken over de benodigde materialen.



**Boek de workshop en leer jouw leerlingen plannen,
zodat ze een rustige en georganiseerde toekomst
tegemoet gaan.**



Professional Organizer

Juf Plan is onderdeel van
www.mamalistisch.nl

Mail of bel Claire voor een
kennismaking

Claire@mamalistisch.nl
Bel: 0653642981

Tot Snel!