

Aan de ouder(s)/verzorger(s) van onze leerlingen
in klas 1 en 2 Eigen Weg

datum
29 mei 2026

betreft
Mentale gezondheid en
social media

behandeld door
Christel Rol

Kenmerk
O2526317

bijlagen
-

Geachte ouder(s)/verzorger(s),

In de komende periode staat binnen Stad & Esch Eigen Weg de project-week *Mentale gezondheid & social media* centraal voor alle onderbouw-klassen. Met deze brief informeer ik u graag over de inhoud en het belang van deze week.

Invloed social media

Jongeren groeien op in een wereld waarin social media een grote rol spelen. Social media biedt veel mogelijkheden, maar kan ook invloed hebben op hoe jongeren naar zichzelf en anderen kijken. Daarnaast krijgen leerlingen dagelijks te maken met grote hoeveelheden informatie, meningen en prikkels. Daarom vinden wij het belangrijk om leerlingen bewust te maken van hun mentale gezondheid, hun onlinegedrag en het effect van social media op hun welzijn.

Onderwerpen

Gedurende deze projectweek krijgen alle onderbouwleerlingen iedere schooldag een blokkur les rondom dit thema. Tijdens deze lessen komen onder andere de volgende onderwerpen aan bod:

- wat is mentale gezondheid?
- mentale en fysieke gezondheid
- nepnieuws herkennen
- social minderen

Methodes

De lessen worden op verschillende manieren aangeboden, zodat er ruimte is voor zowel kennis als persoonlijke reflectie. Hierbij maken wij gebruik van onder andere:

- video's
- LessonUp-lessen
- 'over de streep'-stellingen
- werkbladen
- klassengesprekken
- het maken van een moodboard

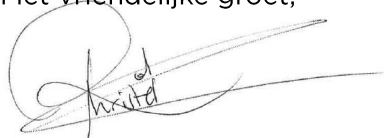
Doel

Het doel van deze projectweek is om leerlingen bewuster te laten nadenken over hun eigen welzijn, het gebruik van social media en de invloed hiervan op hun dagelijks leven.

Daarnaast willen wij leerlingen handvatten bieden om op een gezonde en bewuste manier om te gaan met zichzelf én met anderen, zowel online als offline.

Wij hopen op een leerzame en waardevolle week voor onze leerlingen en waarderen het wanneer ook thuis aandacht wordt besteed aan deze thema's.

Met vriendelijke groet,

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Christel Rol', with a long horizontal flourish extending to the right.

Christel Rol,
procesleider Eigen Weg.