

# Lesmateriaal voor laaggeletterden tijdens corona

Het materiaal dat hier staat is geschikt voor laaggeletterden (NT1 en NT2). Het is niet voor analfabeten of hoger opgeleide anderstaligen die nog niet voldoende Nederlands beheersen. Er is duidelijk aangegeven of er zelfstandig met het materiaal kan worden gewerkt of dat er bijvoorbeeld hulp nodig kan zijn bij inloggen, etc.

## Contact houden via het online In je Kracht-spel

Voor vrijwilligers die contact willen houden met deelnemers.

Wil jij op een laagdrempelige manier deelnemers stimuleren om met elkaar en met jou in gesprek te blijven via WhatsApp? Gebruik dan het online In je Kracht-spel. Je vindt twintig foto's, kwaliteiten en inspirerende vragen om het gesprek op gang te brengen en te houden. Je zorgt voor een veilige omgeving om zorgen, maar ook positieve dingen met elkaar te delen. Je stimuleert deelnemers na te denken over hun talenten en de toekomst.

[In je kracht](#)

## Oefenen van basisvaardigheden

Stichting Lezen en Schrijven stelt licenties (van Oefenen.nl) beschikbaar voor partners (voor professionals die deelnemers begeleiden).

Oefenen.nl biedt gratis een grote variatie aan oefeningen aan. Via (betaalde) licenties kan ook een 'kant-en-klare' oefenroute ingezet worden, is er toegang tot extra materiaal en is het mogelijk om deelnemers te volgen. Ook kan er gebruik gemaakt worden van een forum. Voor partners die géén licenties hebben, stelt Stichting Lezen en Schrijven voor een half jaar licenties beschikbaar. Bij deze licenties staat een oefenroute met een aantal lessen klaar. Deze lessen kunnen als voorbeeld dienen voor coördinatoren. De lessen zijn door de coördinator zelf aan te vullen met extra materiaal, of te vervangen door een meer persoonlijke oefenroute.

Wil je aan de slag met licenties voor Oefenen.nl via Stichting Lezen en Schrijven? Neem dan contact op met jouw contactpersoon bij Stichting Lezen en Schrijven.

## Online overleggen of lesgeven

Het online met een cursist aan de slag gaan, kan in deze tijd uitkomst bieden. Om die reden hebben we Digitaalkaarten ontwikkeld over de volgende onderwerpen:

- Video-bellen met WhatsApp
- Overleggen met Teams
- Aan de slag met online afspraken
- Oefenen met WhatsApp

[Succes! Online afspreken](#)

## Bewegen is gezond

(voor vrijwilligers om te doen met deelnemers)

Beweegoefeningen met uitleg uit Voel je goed! Ben je vrijwilliger? En heb je contact met deelnemers die juist nu gezond willen blijven? Zet dan de beweegoefeningen uit Voel je goed! in. Dat kan via beeldbellen. Of lees de instructies voor door de telefoon. Of stuur de oefeningen op per post. Doe de oefeningen eerst zelf een keer. Kies een makkelijk setje beweegoefeningen om mee te beginnen. Lees voor en doe het zo mogelijk voor. Minimaal 10 minuten achter elkaar. Drink allemaal wat water na de oefeningen.

Bespreek de oefening na. Wat vonden jullie van de oefening? Een volgende keer zet je een ander setje in.

## Beweegoefeningen

Lesmateriaal

[Download](#)

## Voedingstips over gezond eten

Ben je vrijwilliger? En krijg je vragen van deelnemers die over het kopen en bewaren van eten gaan? Wij hebben informatie van het Voedingscentrum hierover hertaald. Die bestaat uit handige adviezen. Succes ermee!

## Voedingstips

Lesmateriaal

[Download](#)

## Gezond eten

(informatie voor vrijwilligers om te delen met deelnemers)

Heb je contact met deelnemers die gezond willen blijven? Zet dan de Schijf van Vijf in het kort uit Voel je goed! in. Die bestaat uit handige adviezen. Goed voor de gezondheid van je deelnemers... en die van jou.

## Schijf van vijf in het kort

Lesmateriaal

[Download](#)

[Meer achtergrond voor vrijwilligers](#)

## Gespreksvaardigheden en houding

(informatie voor vrijwilligers en professionals)

Om het contact met je deelnemer boeiend, leerzaam en motiverend te maken is ook jouw eigen houding en omgang met de deelnemers heel belangrijk. Hierbij gaat het om de manier waarop jij als begeleider met de deelnemers in gesprek gaat, hen stimuleert en motiveert. Jij bent het instrument waarmee je ze hun eigen kracht kunt laten voelen en aan het denken kunt zetten. Hier vind je tips die je kunnen helpen om een fijn contact met je deelnemers te houden. De tips komen uit de Toolkit empowerment.

## Gespreksvaardigheden en houding

Lesmateriaal

[Download](#)

Kijk voor informatie en tips voor begeleiding op afstand of begeleiden van NT2 deelnemers ook eens bij:

## Taal doet meer (NT2)

(tips voor begeleiding op afstand - voor vrijwilligers en professionals)

Taal Doet Meer deelt ervaringsverhalen, waardevolle tips en lopende initiatieven met betrekking tot corona-maatregelen in de taalondersteuning op hun site.

[Taal Doet Meer](#)

## **Het Begint met Taal (NT2)**

Corona houdt Nederland in de ban. Hier de tips van Het Begint met Taal voor coördinatoren van taalcoaching, hun vrijwilligers en deelnemers.

[Coronatips voor taalcoaching](#)

## **Corona in begrijpelijke taal**

Stichting Lezen en Schrijven communiceert in begrijpelijke taal. Ook over corona. Op een centrale plek bieden we alle materialen over corona in begrijpelijke taal. Dit mag door iedereen gebruikt worden.

[Corona in begrijpelijke taal](#)