

# Goed voorbereid naar de brugklas

## Dat doe je zo!



**Tips**  
voor jou en  
je ouders

**TeamAlert**

jongeren met **impact**

**VEILIGVERKEER**

# Voor jou

**Yes, bijna zomervakantie! Straks begin je eindelijk op je nieuwe school. Superleuk, maar ook best spannend. Een nieuwe klas, een nieuw schoolgebouw en heel veel docenten. En niet te vergeten een hele nieuwe route naar school. Die is misschien wel een stuk langer of veel drukker dan de route naar de basisschool.**

Met onze tips begin jij heel relaxed aan de eerste dag op je nieuwe school. Tips voor jou én je ouders, want zij vinden het namelijk ook best spannend dat jij naar de middelbare school gaat. Lees je ze samen door? Fijne zomer en veel succes op je nieuwe school!

## Veilig fietsen in een groep

Denk een beetje aan elkaar...

- Blijf altijd zelf opletten. Ook als je vrienden aan het klieren zijn. Wat jij zelf gevaarlijk vindt op de fiets, doe je ook niet bij een ander.
- Stunten op de fiets? Doe dat op een veilige plek zoals een skatepark of een rustig parkeerterrein. Dus niet op een fietspad of de rijbaan.
- Fiets je vaker met dezelfde groep naar school? Maak een paar afspraken waarmee het voor iedereen gezellig en veilig blijft. Bepaal bijvoorbeeld een vaste plek en tijd om te verzamelen voordat je samen naar school fietst. Of spreek af dat je op een veilige plek wacht op kinderen die achterblijven. Let in elk geval altijd op en rij bij oversteekplaatsen dus niet klakkeloos achter je voorganger aan.

...maar houd soms je vrienden op afstand

- Fiets met zijn tweeën naast elkaar, met meer mag niet.
- Ga achter elkaar fietsen bij een drukke of smalle weg. Doe dat ook als je langs een obstakel of groot voertuig moet of als iemand jullie wil inhalen.

## Check deze tips

*"Ik laat zoveel mogelijk boeken in mijn kluisje op school en neem elke dag alleen mijn huiswerkboeken mee naar huis. Scheelt een hoop gesjouw!"*



Lukas, 13 jaar



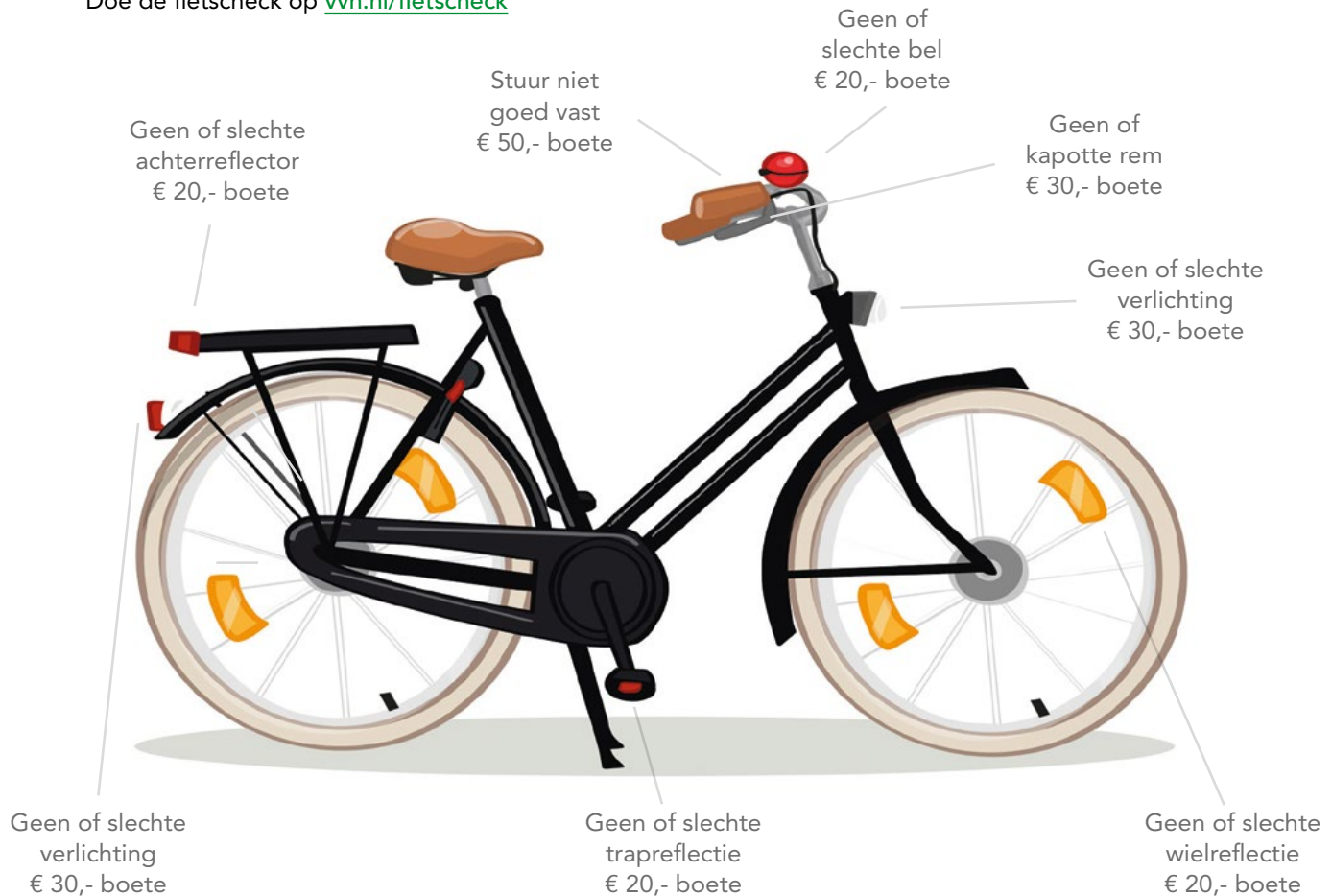
Rajna, 12 jaar

*"Bij vrachtauto's en tractoren let ik extra goed op. Die regel heb ik wel in mijn hoofd gestampt. Als je altijd rechts en ruim erachter blijft en 3 meter afstand houdt, blijf je uit de dode hoek."*

## Op een veilige fiets

Iedereen wil natuurlijk een veilige fiets. En geen boete, want daar gaat je zakgeld! Kijk daarom goed of jouw fiets wel aan de eisen voldoet. Op de illustratie zie je wat er allemaal op en aan je fiets moet zitten om veilig te kunnen rijden en de boetes als het niet in orde is. Ben je 16 jaar of ouder dan verdubbelen de boetes en er komt sowieso € 9,- aan administratiekosten bij.

Doe de fietscheck op [vvn.nl/fietscheck](http://vvn.nl/fietscheck)



**Anouck, moeder van Mijs:** "Pas sinds ik zelf een rijbewijs heb, ervaar ik hoe levensgevaarlijk het is als een fietser geen licht aan heeft. Als je op de fiets zit, zie je vaak wel genoeg maar automobilisten zien je niet. Zorg dat je licht aan is!"

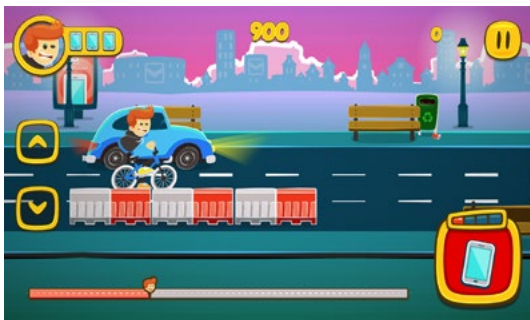
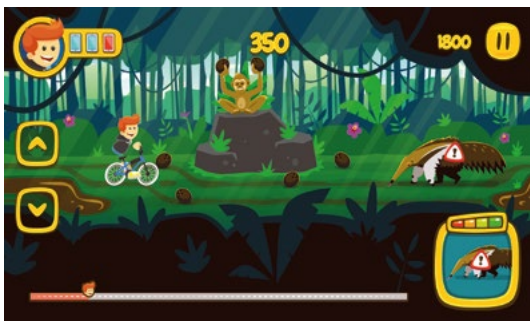
## Fiets MONO

Je telefoon is onmisbaar. De hele dag door deel je met je vrienden wat je meemaakt. Een selfie, een snapje of appje, het is leuk en zo gedaan. Maar even niet als je aan het fietsen bent! Als je op je telefoon kijkt dan zie je niets om je heen. Dat is hetzelfde als zomaar je ogen een paar seconden sluiten en dat doe je toch ook niet? In het verkeer is het juist belangrijk dat je je aandacht erbij houdt.

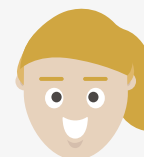
Daarom is het ook verboden om je telefoon te bedienen tijdens het fietsen. De boete hiervoor is niet mis: 79,- euro. Ben je ouder dan 16 is dat zelfs 149,- euro. Muziek luisteren mag wel, maar gebruik één oortje. Hoe fiets jij MONO? Zet je telefoon op stil voordat je op de fiets weggaat en haal hem pas weer uit je zak als je veilig aangekomen bent.



## Laat je niet afleiden! Speel Wheelie Pop thuis



In deze game ga je de strijd aan met een gevaarlijke telefoonfabrikant om je vrienden te redden. Al fietsend race je door weilanden, over wegen door de stad, over de lopende band in de telefoonfabriek en uiteindelijk zelfs door de jungle. Intussen ontwijk je alle obstakels die je onderweg tegenkomt en krijg je appjes of telefoontjes. Zolang het je lukt om je niet af te laten leiden, ga je als een speer. Maar het spel wordt steeds moeilijker. Lukt het je om levels te doorlopen, dan zijn je vrienden gered. Download gratis Wheelie Pop in de [App Store](#) of [Play Store](#) en speel thuis de game.





# Voor ouders

Het is bijna vakantie. Voor jou en je kind de afsluiting van een hopelijk zorgeloze, leuke tijd op de basisschool. Nu breekt een nieuwe fase aan met veel veranderingen. Je kind gaat naar de brugklas, een nieuwe school en vaak een nieuwe, langere en complexere route naar school. Best spannend want je kind loslaten in het verkeer is niet niks. Om jullie te helpen met de voorbereiding hebben we de belangrijkste tips en weetjes op een rij gezet. Veel succes!

## Route oefenen

Ook al fietst je kind elke dag naar school en rijdt het zelfstandig naar vriendjes of sport toe, een nieuwe route is spannend. Dit komt o.a. door de onbekendheid van de route en het feit dat kinderen nog niet altijd in staat zijn om hun fietsgedrag aan te passen bij ingewikkelde verkeerssituaties. Vooraf oefenen neemt een deel van de onzekerheid bij je kind weg, waardoor hij of zij straks met een veiliger gevoel naar school fietst. Voor jou ook veel prettiger! Hoe doe je dit?

- Laat zelf het goede voorbeeld zien als je samen fietst.
- Fiets MONO, focus op de weg zonder afleiding van je telefoon.
- Zoek samen uit wat de veiligste route is - de snelste is niet altijd de veiligste!
- Fiets de route samen. Focus op wat goed gaat en bespreek waar je kind nog extra op moet letten.
- Zie je zelf lastige situaties onderweg? Wijs je kind hierop en bespreek hoe je hier het beste mee om kan gaan.
- Bespreek de fietstijd (hoe laat sta je dan op?), de rugzak (een stuk zwaarder dan op de basisschool en hoe neem je die mee?) en in een groep fietsen.



## Uit de hoek

Zowel kinderen als volwassenen weten niet goed hoe je je veilig gedraagt op de fiets bij een vrachtauto, bus, tractor of shovel. Je kunt dit nu samen met je kind oefenen!

Download de gratis VVN app *Uit de Hoek* via de [App Store](#) of [Play Store](#).

De vuistregels die iedereen moet weten:

1. Blijf altijd rechts en ruim achter een groot voertuig.
2. Houd altijd minimaal 3 meter afstand rondom een groot voertuig.

## Voorbereid op weg

- Bagage: Zorg voor een goede bagagedrager met stevige snelbinders voor de schooltas. Voor een juiste verdeling van het gewicht en het evenwicht, is het veiliger om de tas of rugzak achterop mee te nemen dan in een mand voor op de fiets.
- Zichtbaarheid: Let erop dat je kind goed te zien is! Vuistregel: straatlantaarns aan, regen of mist = fietslicht aan. Check in het najaar/winter af en toe of de fietsverlichting werkt.
- Kleding: Denk ook aan een felgekleurde reflecterende jas of (losse) reflectie op fiets, kleding en rugzak.
- Veilige fiets: Veel kinderen krijgen een nieuwe fiets voor ze naar de middelbare school gaan. Let wel op dat je kind met de voeten bij de grond kan en dat de fiets aan de veiligheidseisen voldoet. Check dit met je kind op [vvn.nl/fietscheck](https://vvn.nl/fietscheck)
- E-bike: Fietst je kind op een e-bike? Zorg voor een passende fietshelm en oefen! Met een e-bike is je snelheid veel hoger en heb je een langere remweg. Wennen voor je kind, maar ook andere weggebruikers schatten dit vaak verkeerd in.
- Met het OV: Gaat je kind straks met het openbaar vervoer naar school, oefen dit dan ook een keer samen. De route, het inchecken, waar stap je uit en wat doe je als je bijvoorbeeld je bus mist. Oefen ook met de OV-app.

## Help mijn kind gaat naar de brugklas!

### De belangrijkste 7 tips op een rij:

1. Oefen de route samen.
2. Fiets MONO. Maak afspraken over telefoongebruik op de fiets en geef zelf het goede voorbeeld.
3. Dode hoek vuistregel 1: blijf rechts en ruim achter een groot voertuig.
4. Dode hoek vuistregel 2: houd minimaal 3 meter afstand rondom een groot voertuig.
5. Met je schooltas achterop de fiets of op je rug heb je meer balans.
6. Zorg voor een veilige fiets.
7. Zorg dat je kind zichtbaar is in het donker en bij slecht weer.

### Veilig Verkeer Nederland

Stationsstraat 79A, 3811 MH Amersfoort

T 088 - 524 88 00

E [info@vvn.nl](mailto:info@vvn.nl)

W [vvn.nl](https://vvn.nl)

Veilig Verkeer Nederland werkt samen met TeamAlert om de verkeersveiligheid van kinderen en jongeren te vergroten.