# Ouders en omgeving: afspraken per fase

Werkwijze | bespreek en pas aan met je begeleider

## Begin bij de stem van de schutter

Vraag wat de schutter nodig heeft en welke hulp prettig is. Bij een jongere bespreek je de afspraak samen met de jongere en de betrokken ouder of begeleider. Bij een volwassene wordt steun van partner of familie alleen afgesproken wanneer die gewenst is.

## Pas de steun aan de fase aan

Route Voorbeeld van passende steun Wit Helpen de weg en het aanspreekpunt te vinden; luisteren naar de eerste ervaring. Zwart Een herkenbaar oefenmoment en materiaalzorg ondersteunen; de trainer technische feedback laten afstemmen. Blauw De totale week, groei en herstel bespreekbaar maken; de jongere zelf laten terugkoppelen. Rood Planning en wedstrijdfunctie helpen uitvoeren; resultaat en uitvoering apart bespreken.

## Spreek één feedbackroute af

De trainer stemt technische aanwijzingen af. Ouders en steunfiguren kunnen vragen wat de schutter zelf ervoer en waarderen hoe die met een opdracht omging. Vermijd een tweede technische nabespreking met andere instructies.

## Maak praktische steun concreet

Noteer wat werkelijk afgesproken is: contactpersoon, vervoer, materiaal meenemen, informatie delen en een geschikt bespreekmoment. Veronderstel geen beschikbare steun of verplichte aanwezigheid. Leg vragen over belasting en klachten bij de juiste begeleider of zorgverlener.

Een gesprekskaart, geen verplichte gezinsnorm of standaardcontract.

# Ouders en omgeving: afspraken per fase

Mijn afspraken | digitaal invulbaar of afdrukbaar

**Schutter, trainer en gewenste steunfiguren**

**Welke hulp vindt de schutter prettig?**

**Wat kan praktisch en wat niet?**

**Onze afspraak over technische feedback**

**Praktische taak en aanspreekpunt**

**Hoe bespreken we een training of wedstrijd?**

**Wat beslist of regelt de schutter zelf?**

**Welke informatie delen we en met wie?**

**Wat hielp en wat willen we veranderen?**

**Volgende afspraak en terugblik**