



## REGELS

### REGEL 1

Inzendingen moeten door jouw vader/moeder worden goedgekeurd, voordat ze op de app gezien kunnen worden door anderen. Zo kijkt er iemand met je mee of alles wat jij instuurt veilig is voor jou en anderen.

### REGEL 2

Als je een plaatje of foto wilt insturen, kun je die meestal niet zomaar van het internet halen. Je moet er vaak voor betalen om ze te mogen gebruiken. Je kunt natuurlijk wel een eigen foto insturen.

### REGEL 3

Je mag geen foto's op de app zetten waarop jij in ondergoed, zwemkleding of naakt staat.

### REGEL 4

Er mogen geen andere personen op de foto staan dan jijzelf. Dit mag wel als de persoon daarvoor toestemming heeft gegeven. Bij kinderen moeten ouders toestemming geven. Een foto met je huisdier mag wel!

## REGEL 5

Voor jouw veiligheid kunnen berichtjes die je verstuurd en ontvangt via de chat, door je vader/moeder gelezen worden. Andere personen op de app kunnen deze berichtjes niet zien, alleen de persoon met wie je chat.

## REGEL 6

Wanneer je een reactie geeft of een berichtje stuurt, zorg dan voor positieve woorden die een ander kunnen helpen. Of die een ander een goed gevoel geven. Gebruik geen scheldwoorden en wees aardig voor elkaar!

## REGEL 7

Het is belangrijk dat iedereen zich houdt aan deze regels. Als je dit niet doet dan krijg je een waarschuwing. Als je het heel erg bont maakt op de app, dan wordt je account verwijderd.

## TOT SLOT

Als je iets tegenkomt op de app dat je een slecht gevoel geeft, praat er dan over met je vader/moeder. Zie je iets dat tegen deze regels ingaat, stuur dan een mail naar [veiligheid@innerkidz.nl](mailto:veiligheid@innerkidz.nl).

# WEETJES

Bij innerkidz kun je van alles doen en ontdekken.

Je leert over jouw hoofd, lichaam, emoties, jezelf en anderen.

Je kunt spelletjes spelen, ideeën delen en kinderen ontmoeten.

Ouders hebben een net iets andere app met eigen info en tips.

**Ben je innervip? Dan krijg je een heleboel leuke extra's!**

## Creaties & profielen

Hier zie je de creaties en profielen van alle kinderen.

Klik bij 'creaties' op een profielnaam om meer te zien.

Innervipz kunnen reacties geven en ontvangen.

En hun profiel en avatar elke maand wijzigen.

## Mijn ontwikkeling

De kidzladder is geen wedstrijd. Je ziet waar je aan kunt werken.

Je kunt de kidzladder elke maand opnieuw invullen.

Als iemand je ermee helpt, zorg dan wel dat het jouw antwoord is!

## Innervipz (te herkennen aan: ★)

Als innervip heb je extra superkracht!

Je hebt veel meer mogelijkheden en spaart voor het goede doel.

Wil jij ook innervip worden voor nog meer innerkidz plezier?

Vraag je vader of moeder en regel het bij 'Account beheren'.

## Kidz weekly

Elke vrijdagmiddag om 13.00 uur krijg je een nieuwe kidz weekly.

Boordevol leuke opdrachten en inspiratie.

Door de regenboogkleuren ontdek je wie je bent en je talenten!

Je ziet welke creaties en ervaringen kinderen hebben

ingestuurd van de week ervoor. Zo krijg je nieuwe ideeën!

Innervipz kunnen ook de vorige kidz weekly's bekijken.

## IK BEN: je veilig voelen

Elke week krijg je een magische gedachte.

Met een moeilijk woord noemen ze dit ook wel een affirmatie.

Je kunt het zien als een complimentje aan jezelf!

Als je veel oefent, krijg je steeds meer zelfvertrouwen.

## IK VOEL: het voelen en laten zien van je emoties

Hier kun je ervaringen van kinderen zien van de week ervoor.

Zo leer je over jouw eigen inner ik gevoel.

Stuur jij ook jouw ervaringen in? Zo leren kinderen ook van jou!

## IK DOE: dingen doen vanuit zelfvertrouwen

Je krijgt elke week een nieuwe opdracht of oefening.

Dit noemen we de binnenstebuiten boost.

Er staan tips bij voor thuis of op school.

Zo heb je niet alleen veel plezier, je leert er ook een boel van!

## **IK HOU VAN: liefde voor jezelf en voor anderen**

Het jij en ik samenspel doe je met je vader of moeder.

De spelletjes zijn niet te spelen in de app zelf.

Je krijgt wel alle instructies. Ieder via zijn eigen profiel.

Jullie weten van elkaar niet wat je hebt gekregen,

dus hou het voor elkaar geheim. Heel veel succes en speelplezier!

## **IK VERTEL: jezelf laten horen en vertellen wat je vindt**

Je kunt jouw eigen inner ik idee delen met anderen.

Stuur een mop, tekening, verhaal, tip of een eigen idee in en kies een onderwerp dat past bij je creatie.

Als jouw creatie is goedgekeurd door je vader/moeder, dan staat het meteen op de app en kan iedereen het zien.

Je kunt ook jouw ervaringen delen. Deze zijn te zien op vrijdag vanaf 13.00 uur in de nieuwe kidz weekly en direct bij je vriendjes.

Zo zien anderen jouw oplossingen en help je elkaar!

Innervipz kunnen meer creaties per week insturen.

## **IK ZIE: dingen zien op jouw manier**

Ik zie wat jij niet ziet! Daar gaat het over bij deze kleur.

De creaties die kinderen de week ervoor hebben ingestuurd, staan hier onder elkaar.

Kies een onderwerp waar je meer over wilt weten of leren.

En geef een like als je de creatie mooi of helpend vindt!

## IK VERBIND: vriendjes maken en samen spelen en leren

Hier staan iedere week de profielen van nieuwe kinderen.

Zo leer je kinderen door heel Nederland kennen.

Die dezelfde dingen leuk vinden of hebben meegemaakt als jij.

Laat een reactie achter, geef likes of word innerkidz vriendjes.

Samen met nieuwe kidz ben je nooit alleen!

## Mening geven

Jij kunt hier je eigen mening geven.

Als er weer een nieuwe vraag is, dan laten we dat weten.

Je kunt ook zien wat alle andere kinderen hebben gestemd.

Zo weet jij wat andere kinderen belangrijk vinden!

## Likes & vriendjes

Je kunt likes geven en ontvangen en kinderen volgen.

De creaties en ervaringen van de kinderen die je volgt zie je hier.

Als hij/zij jou ook gaat volgen, dan zijn jullie innerkidz vriendjes.

Je kunt 10 chats per week versturen aan je vriendjes via: 

Wil je vriendjes worden met Myra van innerkidz?

Zoek haar naam dan op bij 'creaties & profielen'.

Myra zal als persoon reageren en niet als kindercoach.

Heb je vragen over ontwikkeling, opvoeding of coaching?

Mail dan naar [contact@innerkidz.nl](mailto:contact@innerkidz.nl).

Innervipz kunnen onbeperkt chatten. En ook chatten met Myra.

## Innercoinz

Met innercoinz koop je krachtdieren in de dierenwinkel.

Deze dieren kunnen jou in gedachten helpen.

Bijvoorbeeld met zelfvertrouwen, rust en kracht.

Kies dieren met eigenschappen die jij zelf wilt hebben.

Zo helpt dit dier jou met wat je moeilijk vindt.

Innervipz krijgen extra veel innercoinz en krachtdieren.

Je krachtdier is alleen te zien door anderen als je innervip bent!

## Zo verdien je innercoinz:

- profiel of kidzladder invullen/wijzigen → 25 innercoinz
- je mening geven → 25 innercoinz
- een creatie of ervaring insturen → 5 innercoinz per inzending
- op jouw verjaardag → verrassing!
- als je innervip wordt → 100 innercoinz

## Vragen?

Heb je vragen of opmerkingen over deze regels en weetjes?

Stuur dan gerust een mailtje naar [contact@innerkidz.nl](mailto:contact@innerkidz.nl).

We beantwoorden je vragen graag.

Innerkidz kan altijd deze regels en weetjes wijzigen.

Wanneer we dat doen, zullen we dit laten weten via de app.

We wensen je heel veel plezier bij innerkidz!