



WAGENINGEN
UNIVERSITY & RESEARCH

Workshop Tussenjaarplan

Daniëlle Vogels, 12 maart 2025

Plan van deze workshop:

- Inspiratie voor invulling tussenjaar
- Opdrachten voor de beste invulling
- Onderzoeken, risico's en effecten van ouders
- Samen aan de slag
- Opdrachten voor praktische invulling tussenjaarplan



Tussenjaar kosten beperken



[Link naar deze pagina](#)



Tussenjaar buitenland mogelijkheden

Wil jij in een tussenjaar naar het buitenland? Hier geven wij je zoveel mogelijk ideeën. Bedrijven betalen niet om hier te worden vermeld. Wij doen geen uitspraken over de kwaliteit van bedrijven die tussenjaar reizen aanbieden. Hiervoor bestaat geen keurmerk. Ga daarom op zoek naar anderen die al ervaring hebben met iets dat je aanspreekt. En verdiep je goed in het aanbod.

Kijk ook naar [adviezen voor veilig reizen](#). En bekijk alsjeblieft [tips om zo duurzaam mogelijk te reizen](#). Heb je bijvoorbeeld al gedacht aan [door Europa reizen per trein](#)?





Overzichten aanbieders buitenland

Hieronder vind je overzichten van aanbieders van verschillende soorten reizen met een kantoor in Nederland. Je kunt ook deelnemen aan tussenjaaractiviteiten van [Britse](#) aanbieders. En de Amerikaanse [Gap Year Association](#) heeft een lijst met organisaties die door hen zijn gekeurd.



Taalreizen



Vrijwilligerswerk



Backpacken, werken en meer

o.a. au-pair, studiekeuzebegeleiding, sporten...



Highschool enzo

ook college en university in diverse landen...



Tussenjaar Kenniscentrum doet geen uitspraken over de kwaliteit van aanbieders van tussenjaar activiteiten en draagt hiervoor geen aansprakelijkheid.

[Jongeren](#)[Ouders](#)[Onderwijsprofessionals](#)[Onderzoek](#)[Hulp](#)[Over](#)

Naam	Bestemming(en)	Periode	Vorbereiding/evaluatie
Activity International	Landen in Afrika, Azië en Zuid-Amerika	vanaf 2 weken	Mogelijkheid kosteloze trainingsdag ter voorbereiding bij Stichting Muses
AIESEC	wereldwijd	6 tot 8 weken	voorbereidingsseminar
AKWAN2FO	Ghana	vanaf 4 weken	Mogelijkheid kosteloze trainingsdag ter voorbereiding bij Stichting Muses
Bonaire Break	Bonaire	vanaf 6 weken	onbekend
Commundo	India, Tadzjikistan, Sri Lanka, Cambodja, Thailand, Costa Rica, Guatemala, Peru, Uganda, Kenia, Zuid-Afrika	vanaf 2 weken	Verplichte intake van minimaal 1 gesprek
Doingood	Oeganda, Malawi, Kenia en Tanzania.	vanaf 3 weken	Mogelijkheid kosteloze trainingsdag ter voorbereiding bij Stichting Muses
Eastpackers	Landen in de Europese Unie en buurlanden hiervan.	2 tot 12 maanden	Persoonlijke intake en begeleider tijdens project.
Edukans	Landen in Afrika, Azië en Latijns-Amerika	vanaf 2 maanden	Verplichte voorbereidingstraining van 3 dagen.
IBO Nederland	Landen in Europa, Afrika, Zuid Amerika en Azië	2 tot 4 weken	Vorbereidingsbijeenkomst en evaluatiebijeenkomst door IBO
Jobsten	Landen in Amerika, Afrika en Azië	vanaf 2	Mogelijkheid kosteloze trainingsdag ter voorbereiding bij

Gratis studiekeuze hulp van mij



Tussenjaarprogramma's

Naam	Plaats	Duur programma	Startmoment	Max. groepsgrootte	Kosten
Breekjaar*)	Amsterdam	5 of 10 maanden	september	30	€ 5870,- (5 mnd)
	Utrecht	3 dagen per week	en eind januari		of € 8970,- (10 mnd)
	Eindhoven				
De Wittenberg/ Inside Out (Christelijk*)	Zeist	19 weken, 4 dagen er week	augustus, januari	onbekend	€ 4500,- met kost en inwoning
Evangelische Hogeschool Amersfoort*)	Amersfoort	5 of 10 maanden	eind augustus	staat niet vast	€ 2280,- (5 mnd)
		5 dagen per week	en eind januari		of € 3495,- (10 mnd)
Gap Year at Sea	Zeilreis vanaf Amsterdam	2 weken tot 1 jaar	elk moment	staat niet vast	vanaf € 2500,-
Liberal Arts Tussenjaar*)	Zeist	een schooljaar 4 dagen per week	september	60	afhankelijk van gezinsinkomen
Mijn Tussenjaar HAS Green academy	Venlo	18 weken, ongeveer 24 uur per week	september	onbekend	€ 1100,-
Nederlandse Ondernemers Academie	Arnhem	4 maanden, 1 dag op locatie, 2 dagen begeleiding thuis	september en februari	10	€ 3900,-

MDT-projecten



[Wat is MDT](#) [Ervaringen](#) [Projecten](#) [F.A.Q.](#)

[Vind jouw project >](#)

Projecten

Welk MDT-project past bij jou?

In heel Nederland kun je MDT doen. Bekijk de lijst of kaart met MDT-projecten bij jou in de buurt. Zit jouw match er niet tussen of twijfel je? [Deze organisaties](#) helpen jou om je MDT te vinden.

Soort ▾

Motivatie ▾

Uren p/w ▾

Afstand ▾

Duur van MDT ▾

Tijdstip ▾

Landelijke MDT's ☐

Wis filters



A friend 4 a friend

📍 Aalsmeer (+ 2 locaties)

👇 Natuur & Dier (+ 5 onderwerpen)

Nederlandse jongeren (maatjes) en jonge statushouders doen samen vrijwilligerswerk. Bijvoorbeeld bij een buurthuis. Ook gaan ze samen activiteiten ondernemen....

[Lees meer >](#)



Baas

📍 Leerdam (+ 1 locatie)

👇 Natuur & Dier (+ 8 onderwerpen)

Klaar met school? Tussenjaartje? Het maakt niet uit of je een diploma hebt en wat je situatie is. BAAS is voor jongeren die willen ontdekken waar hun talenten...

[Lees meer >](#)



Link naar deze website



Traineeship Jong Present (MDT)

Eind 2018 is Present begonnen met het aanbieden van een traineeship, ontstaan vanuit de maatschappelijke diensttijd. We hopen hiermee een beweging van jongeren te creëren die de nieuwe generatie vormt van goed doen voor de maatschappij.

Een traineeship is een periode van minimaal 80 uur waarin jij aan de slag gaat, binnen stichting Present, met doelen waar jij aan wilt werken. Persoonlijke groei, behulpzaamheid en energie staan bij ons centraal.

Het is zo enorm gaaf om te zien dat jongeren in zichzelf de motivatie vinden om hulpbehoevenden een groot plezier te doen met soms een minimale inspanning!

[Lees meer](#)



Bijzondere ontmoetingen

Ontmoet mensen met de mooiste verhalen en levenslessen.



Geen kosten

Geen salaris. Wél onbetaalbare werkervaring, de beste trainingen en een vrijwilligersvergoeding!



3-6 maanden

Een opdracht die bij jouw agenda past.
4-8 uur in de week, 3-6 maanden.



25 locaties

Check de landkaart voor een traineeship bij jou in de buurt. Niets in de buurt? Stuur een bericht, we denken graag mee!

Link naar dit blog



Na 30 Stages: Skypen en Kiezen

12 juni 2019 / Emma / Wekelijkse Update

Hoe eindig je een project dat een jaar duurde, dertig stages besloeg en je naar tientallen verschillende plekken bracht? Vuurwerk? Feest? Nog een stage? Of misschien door de schrijver van het boek wat het idee voor het project gaf, te vragen of hij een telefoongesprek ziet zitten. En dat 'ie dan ook nog 'ja' zegt. [...]

Zoeken ...

Blogpagina's

- Abonneren
- About
- Factsheets
- Gelopen Stages

Week 40, Het Ministerie van EZK

10 juni 2019 / Emma / Wekelijkse Update

Recente Blogposts

Link naar deze website

GE
WEL
DIG

Menu

Start hier
jouw
geweldige
plan



Vertel ons over jouw geweldige plan. Wij zijn er voor de support. Voor de tips en tricks, het laatste zetje, dat beetje geld.

Binnen onze voorwaarden, is alles mogelijk.



Link naar deze website

werpen ▼ Wetten en regels ▼ Subsidies Meer ▼



Cursussen!?



Vraag 1

Stel: alles kan en alles mag.

- 1a.** Wat zou jij dan het liefst doen in een tussenjaar?
(Minimaal 3 dingen)
- 1b.** Hoe komt het dat je dat graag wilt?
(Waar heb jij behoefte aan?)

Ouders:

- 1a.** Wat denk jij dat jouw kind dan zou doen?
- 1b.** Hoe komt het dat je dit denkt?

Nuttig?



Gemiddeld stopt 30% eerstejaars:

- **Universiteiten: 26%**
- **Hbo's: 33%**

Bron [Tendrapport HO DUO 2024](#)



Gratis e-gids Studiesucces en tussenjaar: kansen en gevaar (leestijd +/- 15 min)



Nodig voor succesvol studeren

- ❖ Goed gefundeerde studiekeuze
- ❖ Sterke studiemotivatie
- ❖ Zelfdiscipline en doorzettingsvermogen
- ❖ Zelfstandigheid
- ❖ Voldoende energie / mentale gezondheid
- ❖ Studievaardigheden
- ❖ Geld

Vraag 2

- 2a. Op welke punten wil jij jouw kans op studiesucces vergroten?
- 2b. Wat wil jij daarnaast leren in het tussenjaar?
- 2c. Welke activiteiten wil jij hiervoor ondernemen?

Ouders:

- 2a. Wat hoop jij dat jouw kind leert in het tussenjaar?
- 2b. Welke activiteiten kunnen hierbij volgens jou helpen?

Nodig voor succesvol studeren

- ❖ Goed gefundeerde studiekeuze
- ❖ Sterke studiemotivatie
- ❖ Zelfdiscipline en doorzettingsvermogen
- ❖ Zelfstandigheid
- ❖ Voldoende energie / mentale gezondheid
- ❖ Studievaardigheden
- ❖ Geld

Link naar webpagina



Onderzoeken naar effecten tussenjaar

Wat levert een tussenjaar op, als je het vergelijkt met doorstuderen? Wat doet dit met de [kans op studiesucces in het hoger beroepsonderwijs](#) en de [kans op studiesucces in het wetenschappelijk onderwijs](#)? Of met de kans op een fijne loopbaan?

Helaas is hiernaar nog weinig goed onderzoek verricht. Deze pagina geeft hierover informatie. Het Tussenjaar Kenniscentrum wil onder meer zorgen voor meer en beter onderzoek naar dit onderwerp.

Maar het zal altijd zo blijven dat je niet kunt voorspellen welke effecten een tussenjaar precies op jou zal hebben. Want dit hangt natuurlijk af van hoe je dat jaar invult. En er zijn [talloze mogelijkheden voor invulling van een tussenjaar in binnen- en buitenland](#).

In elk geval kun je de kans op positieve effecten vergroten door een [goede voorbereiding](#) en door het [beperken van risico's](#).

Effecten van ouders

1. Ouders die te veel willen helpen

- bemoeien en/of regelen te veel

2. Ouders die te veel betalen



Risico's tussenjaar

- Te veel verveling en/of feesten
- Diepere of langere tussenjaardip
- Niet of extra lastig weer gaan studeren



Vraag 3

- 3a. Wat denk jij dat voor jou risico's kunnen zijn?
- 3b. Welke mogelijke oplossingen zie jij hiervoor?

Ouders:

- 3a. Wat zie jij als risico's voor jouw kind?
- 3b. Welke mogelijke oplossingen zie jij hiervoor?

Luister naar elkaars wensen en ideeën

De vragen op een rij:

1. Wat zou jij in een tussenjaar doen als alles kon en mocht?
Hoe komt het dat je dat graag wilt?
Wat denk jij dat jouw dan kind zou doen? Waarom denk je dat?
2. Op welke punten wil jij jouw kans op studiesucces vergroten?
Wat wil je nog meer leren?
Welke activiteiten wil jij hiervoor ondernemen?
Wat hoop jij dat jouw kind leert in het tussenjaar?
Welke activiteiten kunnen daarbij volgens jou helpen?
3. Wat zijn voor jou risico's voor het tussenjaar?
Welke mogelijke oplossingen zie jij hiervoor?
Welke risico's en welke mogelijke oplossingen zie jij als ouder?

TUSSENJAARPLAN

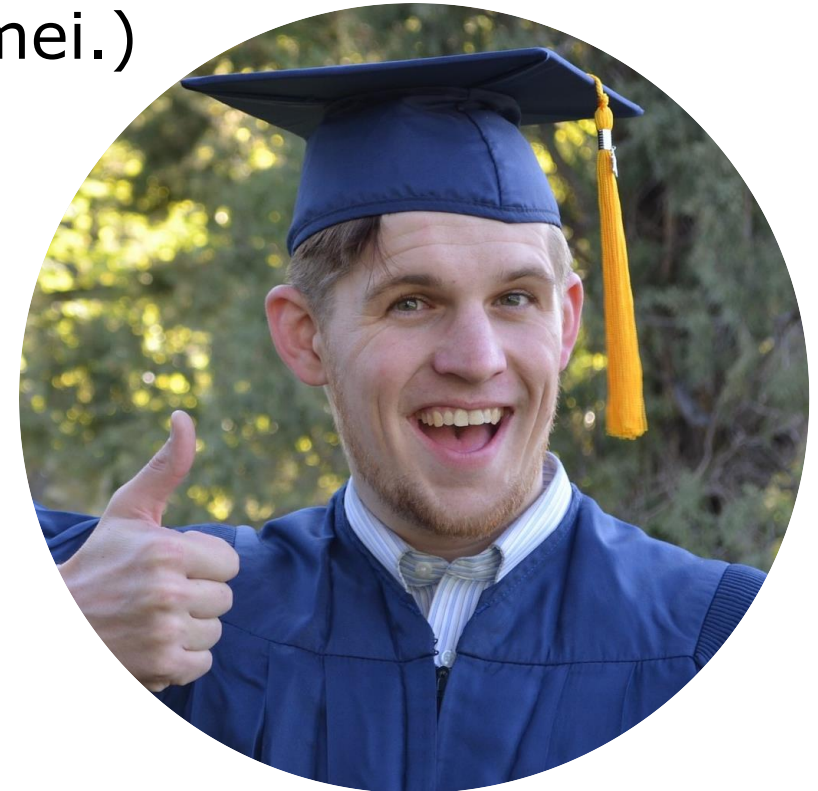
STAP 1: info verzamelen

- Snuffelen op internet
- Bezoek de [Nationale Tussenjaarbeurs](#) op vrijdagmiddag 27 juni



STAP 2: kader van het tussenjaar

- Maak een lijst van dingen die jij in je tussenjaar wilt doen om daarna een sterke studiestart te kunnen maken.
- Schrijf op in welke maanden je die dingen wilt gaan doen.
(Denk aan inschrijf-deadlines 15 januari en 1 mei.)



STAP 3:

- Hoeveel tijd wil je besteden aan andere dingen?
- In welke maanden wil je die doen?
- Waarbij wil je hulp en van wie?



Stel iets kan of mag echt niet...

Verzin andere activiteiten die ook kunnen opleveren waar jij behoefte aan hebt!
(zie antwoord op vraag 1b).

Gratis e-gids studiekeuze en tussenjaar-begeleiding voor ouders

(leestijd +/- 20 min)

Toekomstdenken

Heb je je middelbare school diploma?
Dan zijn er drie wegen:



Gratis e-gids om krachtig knopen te kunnen doorhakken

- voor studie en andere lastige keuzes
- met tips en voorbeelden van Daniëlle Vogels

[Meer info en gratis downloaden](#)

(leestijd +/- 15 minuten)

