



ZORGGIDS 2021/2022

Inleiding

Het is belangrijk dat je je prettig en veilig voelt op school. Dan gaat het er natuurlijk om dat je goede cijfers haalt, maar ook dat je met plezier naar school toe gaat en lekker in je vel zit.

Als het niet zo goed loopt, is het belangrijk dat je weet dat je op verschillende plekken binnen school terecht kan. Nog belangrijker is dat je weet bij WIE je terecht kan en WAARVOOR.

In dit boekje vind je informatie over wie welke hulp aanbiedt. Vaak is de meest logische weg om je mentor aan te spreken of mevrouw Busser, de coördinator van de eersteklassen of een conrector, omdat zij je ook kunnen helpen of doorverwijzen. Maar je kan ook meteen terecht bij de persoon die je verder kan helpen.

Zit je met een probleem, blijf er niet mee lopen maar praat erover!

Je eigen mentor

Elke leerling op De Amersfoortse Berg wordt begeleid door een mentor. Die mentor heeft een klas onder zijn hoede. Hij / zij richt zich in de begeleiding op onder andere de onderstaande punten:

1. je resultaten;
2. dat je met plezier naar school gaat en goed in je vel zit;
3. de manier waarop jij, je klasgenoten en je docenten met elkaar omgaan.

Indien nodig kan de mentor hulp inroepen van de coördinator klas 1 of conrector en/of de zorgcoördinator. Je kan ook terecht bij de jeugdverpleegkundige en/of jeugdarts van de GGD of een vertrouwenspersoon van de school. Sommige eersteklassen hebben ook zogenaamde juniormentoren. Dat zijn leerlingen uit de bovenbouw die helpen bij de begeleiding en die je kunt raadplegen als je een probleem hebt waar je liever niet met een volwassene over praat.

*Zit je met een probleem,
blijf er niet mee lopen
maar praat erover!*

Huiswerkhulp / steunlessen klas 1

In je rooster zie je twee studielessen per week. In deze lessen maak je verder kennis met elkaar. Je vertelt hoe het met jou en de klas en de vakken gaat, je praat over je cijfers en maakt plannen voor bijvoorbeeld een klassenavond. In deze studielessen helpt de mentor je óók op weg met zogenaamde “studievaardigheden”, zoals hoe je ’t beste kunt plannen en leren. Na de herfstvakantie heb je nog maar één keer studieles per week.

NEDERLANDS

In de periode voor de herfstvakantie maken de leerlingen van wie de basisschool heeft aangegeven dat ze moeite met taal hebben twee instaptoetsen: een dictee en een teksttoets (op de computer). Dat doen we om te bekijken of er inderdaad problemen zijn en zo ja, hoe groot die dan zijn.

Als je inderdaad niet zo goed scoort, kan het zijn dat we je nog wat verder testen: we doen dan wat testjes om de mogelijke oorzaak van het tegenvallende resultaat te achterhalen. Ook bekijken we of het nodig is extra te oefenen met spelling of leesvaardigheid.

Op school biedt de sectie Nederlands vanaf de herfstvakantie extra tekstlessen aan. Spelling oefen je bij Nederlands tijdens de les, maar als extra oefening nodig is, krijg je van de remedial teacher het advies dat ook thuis te doen.

ruikt
sten;
'be-
een
id,
e)

...ing; houten schoeisel, klom
...arzen, alle voetb
...elt, schurk (gew. ook schoelie), ovenpaal; -2. gemeen
(-er, -st), als (van) een schoelie. **schoel'jeachtig**, b
boevenstuk, schurkenstreek. **schoel'jestuk**, o. (

schoen, m. (-en), 1. gewoonlijk leren voetbekleedse
ger dan een laars: een paar schoenen; **nieuwe, oude,**
sleten, gelapte schoenen; zijn schoenen aantrekken,
trekken, poetsen; -lage schoenen, die slechts tot de
kels reiken; -hoge schoenen, die boven de enkels k
men; -de schoen van een laars, het deel onder t
schacht; -(zegsw. en spr.) wie de schoen past, **trekke he**
aan, hij die zich schuldig voelt, kan de zinspeling op ziji
gedrag toepassen; -vast in zijn schoenen staan, niet ge
makkelijk voor verleiding of bedreiging bezwijken
(ook) zeker van zijn zaak zijn; -de moed verliezen
schoenen, hij verliest de moed
schoenen door-, met

De zorgcoördinator

'Zorg op school' kan van alles inhouden: iemand waarmee je kan praten als je thuis ruzie hebt, iemand aan wie je kan vertellen dat je gepest wordt, iemand die je kan helpen met je huiswerk plannen, iemand die je vragen kan beantwoorden over depressiviteit enz..

De zorgcoördinator, de heer Veenendaal, kan je mentor en jou helpen om bij het juiste adres aan te kloppen zodra het niet goed gaat. Hij weet welke zorg je op school kan krijgen, maar hij weet ook het een en ander van zorg buiten de school. Hij heeft veel contacten met allerlei instanties om je zo goed mogelijk te kunnen helpen.

Verder begeleidt hij, met hulp van speciale coaches, leerlingen die nog een extra stukje hulp nodig hebben om toch gewoon mee te kunnen draaien in de klas. Je kan hierbij denken aan bijvoorbeeld ADHD, PDD-NOS of ASS- leerlingen. Samen met je mentor kijkt hij hoe je het beste geholpen kunt worden.

E-mail: w.veenendaal@amersfoortseberg.nl

De schoolpsycholoog/gedragsdeskundige

Sommige problemen zijn echt heel complex. In dat geval is het goed om de schoolpsycholoog even te raadplegen. Zij kan je helpen met de mogelijkheden voor ondersteuning buiten school of met uitleg krijgen over een diagnose en hoe je hiermee omgaat op school.

Ook denkt de psycholoog mee met docenten, mentoren, coaches, de coördinator klas 1 en de conrectoren over hoe ze alles het beste kunnen doen voor jou.

De schoolpsycholoog wordt ook ingezet bij de aanmelding op school.

E-mail: e.goedings@amersfoortseberg.nl

De coach

Het kan zijn dat je naast de hulp die je krijgt van je mentor en de vakdocenten nog wat extra ondersteuning nodig hebt. Als je bijvoorbeeld niet weet hoe je het beste kunt plannen en leren, of je hebt extra hulp nodig om je beter te kunnen concentreren dan kan een coach je helpen. Deze docent wordt je extra hulp voor een aantal maanden of misschien zelfs voor een jaar nadat de zorgcoördinator heeft bekeken of dit nuttig is. Hij heeft hiervoor overleg met de coördinator klas 1, of conrector van je afdeling gevoerd om goed te kijken welke specifieke extra ondersteuning je nodig hebt. De school heeft een aantal coaches die weten wat ze moeten doen om je te helpen!

De counselor

Als het echt niet goed met je gaat en je resultaten op school ook niet best zijn doordat je persoonlijke problemen hebt, dan kan de heer Veenendaal je in contact brengen met mevrouw Kroesen, mevrouw Van Diesen of de heer Van Gils. In sommige gevallen voert hij zelf een gesprek met je.

Zij zijn namelijk de counselors op school en zijn een luisterend oor voor al je problemen. Als het nodig is, dan kan de counselor je verwijzen naar andere hulpinstanties, maar misschien haal je al veel uit de gesprekken die je met hem / haar hebt.

Ook heeft de counselor, als het nodig is, contact met je ouders. Vanzelfsprekend gebeurt dit in overleg met jou.

E-mail: y.kroesen@amersfoortseberg.nl
i.vandiesen@amersfoortseberg.nl
m.vangils@amersfoortseberg.nl
w.veenendaal@amersfoortseberg.nl



De vertrouwenspersoon

Helaas komt het wel eens voor dat er klachten zijn over vervelend seksueel getint gedrag van leerlingen of personeel op school. We noemen dat seksuele intimidatie. Gelukkig kan je daar ook met iemand over praten en verder geholpen worden. Om je zoveel mogelijk op je gemak te stellen kan je mevrouw Dollekamp of meneer Dijkman opzoeken of mailen. Maak er zo nodig gebruik van en blijf niet met een dergelijke klacht lopen!

E-mail: i.dollekamp@amersfoortseberg.nl
m.dijkman@amersfoortseberg.nl

De remedial teacher

Aan het begin van het schooljaar vindt er in de eerste klas een zogenaamd 'signaleringsonderzoek' plaats. Dit onderzoek bestaat uit een brief aan de mentor die wordt geschreven tijdens de Nederlandse les en is bedoeld om te kijken of je extra hulp nodig hebt. Je krijgt er geen cijfer voor. Als blijkt dat je in deze brief teveel fouten hebt gemaakt, dan bekijken we of we op school extra hulp kunnen bieden.

Het kan ook zo zijn dat we nog een paar extra testjes afnemen om te kijken of er misschien meer aan de hand is en je misschien verwezen moet worden naar iemand die je test op dyslexie.

Ook als je een vorm van dyslexie hebt, doe je gewoon mee met dit onderzoek. Je docent Nederlands kan je namelijk vast nog beter helpen met deze extra informatie.

Voor dyslectische leerlingen organiseren we in de eerste schoolweken van de eerste klas een introductiebijeenkomst en in de tweede helft van het schooljaar een terugkombijeenkomst.

Deze zijn bedoeld om je tips te geven op het gebied van leesvaardigheid, spelling en de moderne vreemde talen en om samen met de dyslectische medeleerlingen ervaringen uit te wisselen. Deze bijeenkomsten zijn alleen nuttig voor leerlingen die nog nooit begeleiding hebben gehad voor hun dyslexie.

Dyslectische leerlingen die individuele RT nodig hebben, worden verwezen naar een RT'er buiten de school.

Als je gebruik wilt maken van de extra mogelijkheden die je kan krijgen als je dyslectisch bent, zorg er dan voor dat je mentor een kopie van het officiële onderzoeksrapport krijgt. Je krijgt dan via de RT'er een zogenaamd 'faciliteitenpasje'.

E-mail: e.piso@amersfoortseberg.nl
i.hubbelmeijer@amersfoortseberg.nl

De motorisch remedial teacher

Op De Amersfoortse Berg wordt tijdens de lessen LO gewerkt naar eindtermen die door het SLO zijn opgesteld voor het vak Lichamelijke Opvoeding. De oefenvormen en lesinhoud gaan uit van een normale motorische ontwikkeling van de leerling. Soms kan het zijn dat bepaalde vaardigheden zich niet geheel of geheel niet ontwikkeld hebben, of dat een leerling niet zo goed kan meekomen bij verschillende bewegingsonderdelen van de les LO. Wij vinden het belangrijk dat iedereen met plezier, zelfvertrouwen en op zijn eigen niveau mee kan doen aan de lessen LO. Op de Amersfoortse Berg biedt mevrouw Smit Motorische Remedial Teaching aan. De les wordt gegeven aan een kleine groep leerlingen.

Zij werken onder leiding van mevrouw Smit aan de motorische vaardigheden die extra aandacht nodig hebben.

Aan het begin van het schooljaar observeert je eigen docent LO jouw basismotorische vaardigheden en vindt er een zogenaamd 'signaleringsonderzoek' plaats.

Als daaruit blijkt dat aanvullend onderzoek gewenst is, neemt mevrouw Smit contact met je ouders op.

E-mail: e.smit@amersfoortseberg.nl



“Rouw op je dak” Rouwbegeleiding-bijeenkomsten gedeeld verdriet

Ook dit jaar heeft de school een rouw-lotgenotengroep. Deze groep bestaat uit leerlingen die binnen hun gezin een verlies hebben meegemaakt. De verwerking van het verliezen van je vader, moeder, broertje of zusje is heel erg lastig, doet iedereen op zijn eigen manier en tempo, kost veel energie en verdriet. Het is een proces wat altijd doorgaat en waar je niet altijd met iedereen over kan en wil praten. Zeker op school is dat soms lastig. Maar misschien vind je het toch wel prettig om op een plek, waar je een groot deel van de dag bent, je ervaringen te delen met andere leerlingen die ongeveer hetzelfde meegemaakt hebben.

Wilco Veenendaal en Iris van Diesen hebben de training ‘Gedeeld verdriet jongeren’ gevolgd en begeleiden de acht bijeenkomsten “Rouw op je dak”.

Via de mentor of een persoonlijk gesprek kunnen word je gevraagd of je daar behoefte aan hebt. Van tevoren wordt er ook overlegd met thuis, zodat we niemand overvallen, als je daar niet op zit te wachten.

Leerlingen die mee willen doen komen vervolgens in contact met leeftijdsgenoten die in ongeveer dezelfde situatie zitten. Je krijgt door de bijeenkomsten ook een beter inzicht in je eigen rouwproces. Tijdens de bijeenkomsten zullen we elkaar informeren, oefeningen doen die bij de rouwtaken (herkennen, erkennen, verkennen en verbinden) horen, delen van ervaringen, luisteren naar en leren van elkaar. We hopen dat je uiteindelijk beter om kunt gaan met het verlies.

Na de begeleidingsmomenten is er ook nog een ouder-kind bijeenkomst met alle leerlingen en hun ouder. We kijken dan terug op hoe iedereen de begeleiding heeft ervaren en wat we samen meegemaakt hebben.

Waarom juist rouwbegeleiding op school?

School is normaal, rouwen bij verlies is normaal. Als je goed ‘in je vel zit’, betekent dat je ook beter kan presteren. Ook ná de bijeenkomsten zijn Wilco en Iris er voor vragen of een luisterend oor.

E-mail: i.vandiesen@amersfoortseberg.nl

w.veenendaal@amersfoortseberg.nl

De GGD op de Amersfoortse Berg

Aan elke school in het voortgezet onderwijs is een jeugdgezondheidszorgteam van de GGD regio Utrecht verbonden. Dit team bestaat uit een jeugdarts en een jeugdverpleegkundige, zij verrichten de volgende taken op De Amersfoortse Berg.

Gezondheidsonderzoek in klas 2 en klas 4

Alle jongeren van klas 2 en 4 worden komend schooljaar door de GGD uitgenodigd voor een gezondheidsonderzoek. Dit is een vervolg op de onderzoeken van groep 2 en 7 in het basisonderwijs. Het onderzoek in het voortgezet school bestaat uit het invullen van een (digitale) vragenlijst, jouw GGD Check, waarin jongeren ook hun vragen kunnen stellen over hun gezondheid en welzijn. In klas 2 worden alle jongeren uitgenodigd voor een gesprek waarbij lengte en gewicht gemeten worden, en als zij willen, ook hun gehoor en ogen worden getest. Ouders/verzorgers ontvangen vooraf een brief van de GGD over de onderzoeken. Meer informatie is te vinden op: www.ggdru.nl/jouwggdklas2

Ook de leerlingen van klas 4 krijgen een uitnodiging om de vragenlijst van de jouw GGD Check in te vullen. Afhankelijk van de vragen die uw kind heeft en een aantal aandachtspunten uit de vragenlijst wordt uw kind wel of niet uitgenodigd voor een afspraak bij de jeugdarts of jeugdverpleegkundige. Voor meer informatie zie: <https://www.ggdru.nl/mijn-kind/contactmomenten/voortgezet-onderwijs-klas-4.html>.

Jongeren kunnen naar de website www.jouwggd.nl voor informatie over gezondheid voor jongeren, o.a. met chat-mogelijkheid.

Ziekteverzuimbegeleiding

Wanneer een leerling veelvuldig vanwege gezondheidsproblemen verzuimt, kan school de jeugdarts inschakelen om samen het ziekteverzuim te begeleiden. De jeugdarts gaat vervolgens met de jongere en ouders in gesprek en kijkt wat er nodig is om zoveel mogelijk weer naar school te gaan. Zo nodig kan de jeugdarts, na toestemming van de jongere en ouders, contact leggen met andere (medische) professionals.

Contact op verzoek

Tijdens de gehele schoolperiode volgt en ondersteunt de GGD alle jongeren om zo gezond mogelijk op te groeien. Leerlingen uit alle klassen, ouders en docenten kunnen bij ons terecht met vragen of zorgen over het welzijn en de gezondheid van jongeren.

Leerlingen kunnen (ook zonder afspraak) binnen komen lopen bij de jeugdverpleegkundige, wanneer ze vragen hebben over bijvoorbeeld uiterlijk, gezondheid, hoe het thuis gaat, vrienden, school, gepest worden, ongelukkig zijn, ongewenste intimiteiten, alcohol, verliefdheid, drugs, enzovoort. Zij is regelmatig op school aanwezig.

Ook kunnen zij een afspraak maken met jeugdarts Saskia Bangma via onderstaand mailadres of via het Service Center. Telefonische contact is ook mogelijk.

De GGD regio Utrecht is bereikbaar via het Service Center JGZ 033 - 460 00 46

of via de website www.ggdru.nl

Dit schooljaar bestaat **het GGD team** van de Amersfoortse Berg uit de volgende personen:

Saskia Bangma Jeugdarts E: s.bangma@ggdru.nl M: 06 - 234 99 816 Werkdagen: dinsdag, woensdag, vrijdag	Mieke Smid Jeugdverpleegkundige E: mismid@ggdru.nl M: 0647836346 Werkdagen: maandag, dinsdag, donderdag, vrijdag
---	--



Faalangstreductie-training / examenvrees-training

Bij moeilijke toetsen worden sommige leerlingen heel erg zenuwachtig. Je hebt goed geleerd, maar je weet niets meer. En als de toets voorbij is, dan weet je het opeens weer. Maar ja, de toets is voorbij.... We noemen dit soort 'stress' faalangst.

Er wordt gedurende het schooljaar twee trainingen aangeboden hoe je met zoiets moet omgaan:

1. Voor alle leerlingen uit de onderbouw & bovenbouw
2. Alleen voor examenleerlingen; tips en trucs bij het eindexamen.

Deze trainingen worden verzorgd door mevrouw Dollekamp en mevrouw Van Herk. Tijdens de training – voor onderbouw en bovenbouw - krijg je tips hoe je de stress voor of tijdens een toets kunt verminderen. Zo leer je verschillende ontspanningsoefeningen, die je kunt gebruiken als de spanning weer even te veel wordt.

Mocht je mentor of een van je docenten vermoeden dat je last hebt van faalangst, dan kijken we via een 'mini- signaleringsonderzoek' (123-test) of dat inderdaad zo is.

Maar je kunt jezelf ook opgeven als je last hebt van faalangst. Dit kan je het best via je mentor doen.

De trainers zullen jou dan benaderen op het moment dat de training van start gaat.

In de Bergberichten kan je ook zien wanneer de training begint.

De training bestaat uit 8 bijeenkomsten en er wordt een bijdrage gevraagd voor de hele training.

De training voor de examenleerlingen met tips en trucs voor het eindexamen vindt plaats op een middag vlak voor het Centraal Examen. Deze bijeenkomst is voor iedereen die denkt er wat aan te hebben en is gratis.

Je hoeft je er niet voor op te geven. In de bergberichten wordt aangekondigd wanneer deze plaats vindt.

Voor vragen kun je mailen naar:

I.dollekamp@amersfoortseberg.nl

Eerstefunctionaris

Vanaf 2017 heeft elke school voor voortgezet onderwijs in Eemland een eerstefunctionaris, om op die manier de 'eerste' tussen het onderwijs en jeugdhulp te kunnen vormen. Vanuit deze functie neemt Jacqueline Botman vanuit Stichting Wijkteams Amersfoort op De Amersfoortse Berg deel aan het zorgoverleg, om mee te denken en adviezen te geven over leerlingen die extra ondersteuning nodig hebben. Ze kan ook op afspraak in gesprek gaan met leerlingen, vragen beantwoorden van docenten of contact hebben met ouders die advies zouden willen over hun zoon/dochter, en kan hiervoor benaderd worden via de zorgcoördinator of via onderstaande contactgegevens.

Wijkteam Berg-, Leusder-, Vermeerkwartier en Bosgebied, Gemeente Amersfoort
033-469 48 69

E-mail: j.botman@wijkteam-amersfoort.nl

EHBO

"Een ongeluk zit in een klein hoekje".

Waar kan je snel terecht: meld een ongelukje altijd bij de receptie. Daar is altijd iemand aanwezig. En je ziet ook vast wel snel een conciërge ergens in school. Uiteraard weten de gymdocenten ook wat te doen bij een ongelukje tijdens de les.

