# PRESENTATIES OUDERAVONDEN SEPTEMBER

**Gepubliceerd op 03-10-2018**

In september vonden de informatieve ouderavonden plaats voor de verschillende leerwegen en leerjaren. Bekijk hier  de presentaties die zijn gebruikt tijdens deze informatieve ouderavonden.

0 **0** Delen

Sint Ursula (/)

## SINT URSULA HEYTHUYSEN

Tel. 0475 - 492 088
heythuysen@ursula.nl (mailto:heythuysen@ursula.nl)

### Postadres

Postbus 3016
6093 ZG Heythuysen

### Bezoekadres

Tienderweg 101
6093 EN Heythuysen

# INFOBULLETIN 03

**Gepubliceerd op 22-10-2018**

Bekijk hier het derde informatiebulletin van dit schooljaar.

0 **0** Delen

Sint Ursula (/)
VMBO - HAVO - ATHENEUM - GYMNASIUM

## SINT URSULA HEYTHUYSEN

Tel. 0475 - 492 088
heythuysen@ursula.nl (mailto:heythuysen@ursula.nl)

### Postadres

Postbus 3016
6093 ZG Heythuysen

### Bezoekadres

Tienderweg 101
6093 EN Heythuysen

Sint Ursula
VMBO - HAVO - ATHENEUM - GYMNASIUM

# infobulletin 3 OUDERS / LEERLINGEN (schooljaar 2018-2019)

In dit informatieblad staan allerlei wetenswaardigheden en wordt de aandacht gevestigd op activiteiten die op Sg. Sint Ursula, locatie Heythuysen plaatsvinden. Het infobulletin verschijnt op vastgestelde data om de 2 à 3 schoolweken. Kopij kunt u inleveren bij de eindredacteur, dhr. Ruud Hermans (ruudhermans@ursula.nl). De verantwoordelijkheid voor de inhoud berust bij de schoolleiding.

# INHOUD VAN DIT BULLETIN:


**CJG TIP VAN DE MAAND: OVER NACHTMERRIES!** Net als jij af en toe ook last hebt van nachtmerries, hebben kinderen dit ook. Alleen kan de impact van een nachtmerrie bij een kind groter zijn. Vaak kunnen ze het nog niet goed plaatsen en voelen ze als echt aan. **LEES VERDER ...**

**REANIMATIE-ESTAFETTE CITAVERDE 2018.** Dit jaar hebben wij met onze school meegedaan aan de reanimatie-estafette bij het Citaverde in Roermond. Vrijdagmorgen vertrokken wij om 8:45 uur met 16 leerlingen en 4 begeleiders richting Roermond. **LEES VERDER ...**

**GEEN BEKERTJES MEER BIJ DE WATERTAPPUNTEN.** Van de beide watertappunten in ons gebouw wordt gretig gebruik gemaakt. Wel gaan we wat veranderen na de herfstvakantie. We stoppen met het verstrekken van plastic bekertjes, vanuit milieuoogpunt. Neem dus je eigen fles mee! **LEES VERDER ...**

**BEDRIJFSBEZOEK DISTRIBUTIECENTRUM ACTION.** Action heeft inmiddels meer dan 1000 winkels in 7 verschillende landen. Al deze winkels moeten bevoorraad worden en dat gebeurt door een distributiecentrum. Wij zijn op excursie gegaan naar het distributiecentrum in Echt. **LEES VERDER ...**

**OPEN AVONDEN 2018.** Op donderavond 1 en 15 november zijn weer onze traditionele Open Avonden (voorheen voorlichtingsavonden) voor ouders en leerlingen van groep 7 en 8 van het primair onderwijs. Naast de begane grond zullen we ook de eerste verdieping open stellen. **LEES VERDER ...**

**VETERANENPROJECT 2018.** Woensdagmiddag 14 november (13.00 -16.00) komen er mensen op school die van dichtbij de Tweede Wereldoorlog hebben meegemaakt. Er komen bijvoorbeeld Duitse en Britse soldaten, maar ook soldaten die aan Nederlandse zijde hebben gevochten. **LEES VERDER ...**

**LOOPBAANORIËNTATIE LEERJAAR 3 EN 4. Informatie van de decaan voor de ouders van de leerlingen uit leerjaar 3 en 4.** Onlangs hebben alle ouders/verzorgers van de 3e- en 4e-jaarsleerlingen een e-mail ontvangen met belangrijke informatie. Meer informatie vindt u in dit bulletin. **LEES VERDER ...**


# BELANGRIJKE DATA

12 oktober - Sportdag
15 oktober - Herfstvakantie (t/m 19-10)
22 oktober - Blokstage 4 LWT (t/m 26-10)
29 oktober - Vanaf deze datum: afname AMN-toetsen lj. 1, 2, 3
1 november - Infobulletin 4
1 november - Open Avond Ursula in Heythuysen
5 november - Scholingsdag personeel: lesvrij voor leerlingen
5 november - Digitaal intekenen oudergesprekken
8 november - Open Avond Ursula in Horn
13 november - MBO-avond lj. 4
14 november - Veteranendag

# NACHTMERRIES!

Net als jij af en toe ook last hebt van nachtmerries, hebben kinderen dit ook. Alleen kan de impact van een nachtmerrie bij een kind groter zijn. Vaak kunnen ze het nog niet goed plaatsen en voelen ze als echt aan. Hieronder volgen een drietal tips om hiermee om te gaan:

1. Hoewel ze flink in de groei zitten en voeding nodig hebben, kan het ook een negatieve werking hebben. Eten vlak voor het slapengaan kan eventueel nachtmerries te veroorzaken, omdat eten de stofwisseling versnelt. Hierdoor krijgen je hersenen het signaal om actiever te worden. Het is beter om voor het slapen niet te gaan snacken, om rustig naar bed te kunnen gaan.
2. Het klinkt logisch, maar relax voor het slapen gaan. Even ontspannen kan ervoor zorgen dat je kind kalmer wordt. Stress zorgt voor nachtmerries, dus probeer hen te helpen tot rust te komen. Zorg dat ze naar bed gaan met een kalme, heldere geest. Laat ze lekker een warme douche of bad nemen, laat ze een boek lezen, en help ze aan fijne zaken denken!
3. Sluit de dag positief met ze af. Heb een gesprek met je tiener voor het slapengaan. Help ze met het uiten van hun gevoelens en dingen die hen dwars zitten. Een prettige droom zal eerder komen uit iets positiefs, dus zorg dat hun gedachten niet meer gefixeerd zijn op negatieve zaken.

Meer weten over slecht slapen bij pubers, kijk dan **HIER**.

## Activiteiten CJG-ML in oktober 2018

centrum voor jeugd en gezin midden-limburg

### Lezing DE KRACHT VAN POSITIEF OPVOEDEN

Opvoeden is de meeste dagen een leuke en dankbare taak. Toch kennen we allemaal situaties waar we geen raad mee weten. Boos, schoppen of slaan, overstuur, gewoon niet luisteren; het is herkenbaar gedrag voor iedere ouder. En hoe gaan we daar nou goed mee om, hoe kunnen we dat gedrag voorkomen of ombuigen?
Positief opvoeden is een methode die hier handvatten voor geeft. Het is geen manier om perfecte kinderen te krijgen. Maar een manier om als opvoeder op een positieve manier de ontwikkeling van je kind te stimuleren.
**donderdag 1 november van 19.30 – 21.30 uur in Echt (locatie volgt)**

### Workshop LEREN LUISTEREN

Iedere ouder kent momenten dat je kind niet luistert. Leren gehoorzamen is een vaardigheid die kinderen helpt om later goed te kunnen functioneren in de maatschappij. Maar hoe doe je dat nou, op een positieve manier? Zodat het geen straf is, maar jij als ouder en je kind het beide prettig vinden? Dat leer je in deze workshop!
**dinsdag 30 oktober van 19.30-21.30 uur, CJG Bredeweg 239d in Roermond (medisch centrum)**

### Workshop EEN GOED SLAAPPATROON ONTWIKKELEN

Als kinderen een goed slaappatroon hebben, geniet het hele gezin hiervan. In deze workshop worden tips gegeven om je kind makkelijk naar bed te laten gaan, in bed te laten blijven, door te laten slapen en 's ochtend niet te vroeg uit bed te laten komen. Je krijgt ook informatie over oorzaken van slaapproblemen. Hoe maak je een persoonlijk plan om de problemen rond het naar bed gaan en/of het slapen aan te pakken? Dat leer je in deze workshop!
**maandag 31 oktober van 9.00-11.00 uur, CJG Chatelainplein 33 in Echt**

### Thema-avond PUBERBREIN

Of ze nu 12 of 20 zijn, pubers voelen voor volwassenen vaak alsof ze een vreemde levensvorm zijn.
Op humoristische wijze geeft Aletta Smits in haar presentatie een verklaring voor hoe het puberbrein het pubergedrag stuurt. En hoe wij – normale mensen, de puberleeftijd ontgroeid – daarmee om kunnen gaan.
**Omdat de avond van donderdag 4 oktober zo snel vol was zal er een tweede avond georganiseerd worden op dinsdag 15 januari 2019. tijd: 19.30 – 21.30 uur. De locatie is nog niet definitief maar deze zal in Roermond plaatsvinden. Aanmelden kan via onze website.**

### Gratis deelname.

**Aanmelden via info@cjgml.nl of www.cjgml.nl**
**Centrum voor Jeugd en Gezin Midden-Limburg**

TERUG NAAR INHOUD

# REANIMATIE-ESTAFETTE CITAVERDE 2018

Dit jaar hebben wij met onze school meegedaan aan de reanimatie-estafette bij het Citaverde in Roermond. Vrijdagmorgen vertrokken wij om 8:45 uur met 16 leerlingen en 4 begeleiders richting Roermond, om mee te doen met de jaarlijkse reanimatie-estafette. Die werd dit jaar door SOML Citaverde georganiseerd.
Op de buitenplaats stonden een aantal hulpverleners zoals politie, brandweer, Rode Kruis etc. De leerlingen kregen in een demonstratie te zien hoe je een vetbrand moet uitmaken.
Verder was er nog een wensambulance. Die zorgt ervoor dat de wens vervuld kan worden van mensen die niet lang meer te leven hebben.
Binnen kregen de leerlingen uitleg van twee studenten over wat te doen bij een reanimatie.
Het is mooi om te zien dat jongeren leren hoe je moet handelen bij een reanimatie.

Het was een bijzondere en leerzame morgen.

Johan Smits

TERUG NAAR INHOUD

# GEEN BEKERTJES MEER BIJ DE WATERTAPPUNTEN

Van de beide watertappunten in ons gebouw wordt gretig gebruik gemaakt. Het was dus zonder meer een geslaagde actie om deze in te richten. Terugkijkend op de manier waarop we dit geregeld hebben, gaan we toch een verandering aan brengen.
De watertappunten zijn bedoeld voor het vullen van zelf meegebrachte drinkflessen, maar inmiddels zijn ze ook uitgerust met plastic bekertjes die veelvuldig gebruikt worden. Dit gebruik is eenmalig en dat betekent dat dit vanuit milieuoogpunt een grote verkwisting en milieuvervuiling is. Dit moeten we met z'n allen niet meer willen en daarom stoppen we na de herfstvakantie met het verstrekken van de plastic bekers bij de watertappunten.
Neem dus je eigen waterfles mee want we gaan de watertappunten weer gebruiken zoals ze bedoeld zijn.....je eigen water tappen in je eigen fles op een milieuvriendelijke wijze.

TERUG NAAR INHOUD

# BEDRIJFSBEZOEK DISTRIBUTIECENTRUM ACTION

In 1993 zijn twee Nederlandse mensen in Enkhuizen begonnen met de eerste Action. De Action heeft inmiddels meer dan 1000 winkels in 7 verschillende landen. Al deze winkels moeten bevoorraad worden en dat gebeurt door een distributiecentrum. Momenteel heeft de Action distributiecentra in Zwaagdijk, Echt, Parijs en Toulouse.

Op maandag 8 oktober is de clustergroep 3K/3B/3LWT op bezoek geweest in het distributiecentrum in Echt. Dit in het kader van het vak Logistiek uit het profiel E&O.

We werden ontvangen in het bezoekerscentrum. Na een presentatie over het bedrijf kregen we een rondleiding aangeboden die veel indruk heeft gemaakt op de leerlingen. We sloten af met een quiz. Het was een leerzame en leuke ervaring voor de leerlingen!

TERUG NAAR INHOUD

# OPEN AVONDEN 2018

Op donderavond 1 en 15 november zijn weer onze traditionele Open Avonden (voorheen voorlichtingsavonden) voor ouders en leerlingen van groep 7 en 8 van het primair onderwijs. Naast de begane grond zullen we ook de eerste verdieping open stellen. Meerdere vakgroepen en disciplines gaan zich presenteren, waardoor de bezoekers een compleet beeld krijgen van onze school. Ook dit schooljaar hebben een aantal vakgroepen leerlingen gevraagd om aanwezig te zijn in de lokalen en om leerlingen van groep 7/8 en ouders te ontvangen.
Indien uw zoon/dochter zich hiervoor heeft opgegeven, wordt hij/zij verwacht op donderdag 1 en/of 15 november van 18.30u tot 21.00u op onze locatie. Alle leerlingen die donderdagavond 1 en/of 15 november assisteren, hebben op vrijdag 2 en/of 16 november de eerste 2 lesuren vrijaf.
De ouders van de leerlingen die meehelpen, ontvangen een paar dagen van te voren ook nog een mail.

TERUG NAAR INHOUD

# VETERANENPROJECT 2018

Beste leerlingen,

**Woensdagmiddag 14 november (13.00 -16.00)** komen er mensen op school die van dichtbij de **Tweede Wereldoorlog** hebben meegemaakt. Er komen bijvoorbeeld Duitse en Britse soldaten, maar ook soldaten die aan Nederlandse zijde hebben gevochten. Ook zullen er mensen van Joodse afkomst naar onze school komen. Deze mensen willen graag hun verhaal met jullie delen, zodat we iets van elkaar kunnen leren.

We zijn op zoek naar **enthousiaste leerlingen** die het leuk vinden om met deze mensen in gesprek te gaan. Je wordt met een groepje gekoppeld aan één persoon. Van te voren begeleiden we je om vragen te bedenken die je deze persoon kunt stellen. Mocht je gekoppeld worden aan een buitenlands persoon, dan zal er altijd een docent zijn die je helpt bij het vertalen. Deelname is geheel vrijwillig. Het wordt niet afgesloten met een verslag of opdracht.

## Wil je meedoen aan het veteranenproject?

Klik dan op **DEZE LINK**.

Wil je meer informatie over het project? Voor vragen kun je terecht bij mevrouw Jacobs of meneer Schoester.

**Reactie van een leerling die vorig jaar heeft meegedaan:**
**Veteranendag woensdag 15 november 2017 Sint Ursula Heythuysen**

Afgelopen woensdag hadden we de veteranenmiddag. Ik had me ervoor ingeschreven, omdat ik er altijd al een keer bij wilde zijn. Het was een ongelofelijke leerzame, mooie en emotionele middag. Een middag waar ik van genoten heb, maar ook een paar traantjes bij heb gelaten.
Ik heb met een aantal mensen gesproken en hun verhaal en hun persoonlijkheid hebben mij erg geraakt. Ze hebben ons veel verteld over wat zij hebben meegemaakt en ik vond het dan ook heel bijzonder dat deze mensen dit nog na kunnen vertellen.

Ondanks dat ze er moeite mee hadden waren ze heel open, oprecht en vertelden ze ons hun ervaring in eerlijkheid. Heel bijzonder!!
Ik zou iedereen aanraden om deze kans te nemen om mee te doen, want je kunt ontzettend veel van deze mensen leren en van hun verhalen. Dit neem ik dan ook mee naar mijn toekomst.

Ik ben er zeker volgend jaar weer bij!

Groetjes,

Jessica Berkers

TERUG NAAR INHOUD

# LOOPBAANORIËNTATIE LEERJAAR 3 EN 4

**Informatie van de decaan voor de ouders van de leerlingen uit leerjaar 3 en 4**

Onlangs hebben alle ouders/verzorgers van de 3e- en 4e-jaarsleerlingen een e-mail ontvangen met belangrijke informatie. De 'open dagen'-kalender van de MBO-scholen zat hier als bijlage aan vast. Op deze kalender kunt u zien wanneer er open dagen zijn, maar ook hoe de leerling zich kan opgeven / inschrijven voor een meeloopdag. Verder staan er de data in vanaf wanneer uw zoon of dochter zich kan inschrijven bij een bepaalde MBO-school. Ook voor de leerlingen van leerjaar 3 is het belangrijk om alvast scholen te bezoeken. De open dagen kalender kunt u **HIER** vinden.

Momenteel is de inschrijving voor de **MBO-avond voor de 4e-jaarsleerlingen** bezig. Deze zal op **dinsdag 13 november** op het Citaverde College te Roermond plaatsvinden. De leerlingen kunnen maximaal 3 voorlichtingen over vervolgopleidingen bezoeken van verschillende MBO-scholen. Dit mag samen met slechts 1 ouder in verband met de verwachte drukte.

De inschrijving verloopt dit jaar digitaal via **https://mijn.eduskoel.nl/**. De inschrijving sluit op **vrijdag 12 oktober**. Deze MBO-avond is voor alle leerlingen uit leerjaar 4 zeer aan te bevelen! Op woensdag 30 januari is de MBO-avond voor de 3e-jaarsleerlingen. U ontvangt t.z.t. meer informatie hierover. De volgende website is uitstekend geschikt voor ouders en leerlingen om op zoek te gaan naar vervolgopleidingen: **www.mbostad.nl**.

**Inschrijven op een school is de verantwoordelijkheid van de leerling en zijn/haar ouders/verzorgers. De inschrijving is pas definitief als er voldaan wordt aan 2 dingen:**
**1. U moet uw zoon/dochter bij de vervolgopleiding naar keuze inschrijven.**
**2. Deze vervolgopleiding moet het digitale doorstroomdossier (DDD) ontvangen van uw zoon/dochter.**

Vanaf 1 oktober zijn onze mentoren gestart om dit DDD aan te maken met de leerlingen. De leerlingen moeten dit zelf gaan vullen. Hier staan algemene gegevens in, maar ook competenties en vaardigheden van de leerlingen. De leerling moet een motivatie geven waarom hij / zij kiest voor een bepaalde vervolgopleiding. Het registratieproces is pas voltooid als het DDD is opgestuurd naar de vervolgopleiding **én** als de leerling zich bij de school heeft ingeschreven (maar bij het Summa College voldoet alleen het opsturen van het DDD als inschrijving).

De leerling moet zich **vóór 1 april** hebben ingeschreven bij minimaal 1 vervolgopleiding. Vooral bij opleidingen met een beperkte keuze (vol = vol) is het belangrijk dat de leerling zich snel inschrijft. Bij sommige opleidingen is een testdag of auditie verplicht. In beide gevallen is het natuurlijk verstandig om zich bij meerdere opleidingen in te schrijven! In de volgende links meer informatie betreffende vervolgopleidingen met beperkte aanname / testdag / auditie:

- **SINT LUCAS**
- **SUMMA COLLEGE**
- **LEEUWENBORGH**

Als laatste nog enkele handige links:

- **INFORMATIE OVER DE OV-JAARKAART**
- **INFORMATIE OVER STUDIEFINANCIERING**

Met vriendelijke groet,

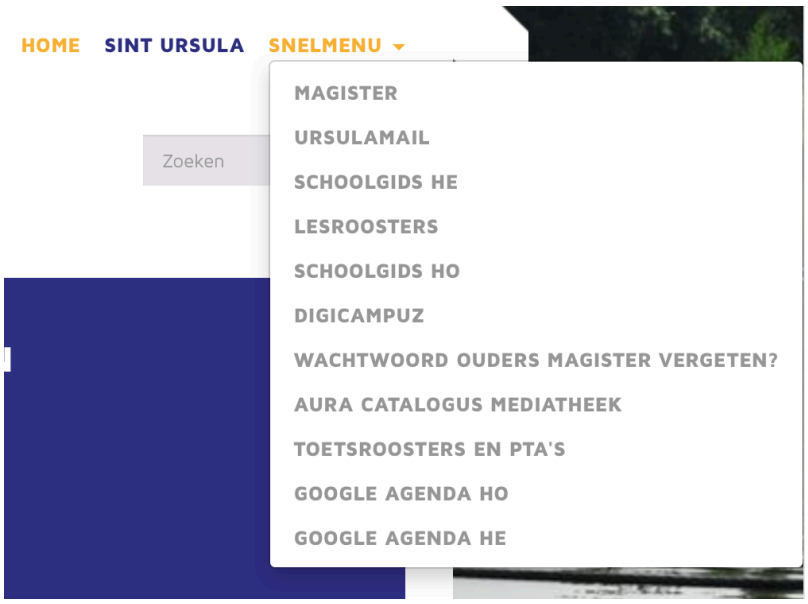
Geert Verstappen
Decaan St. Ursula Heythuysen

TERUG NAAR INHOUD

# GOOGLE AGENDA

**Gepubliceerd op 29-10-2018**

Vanaf november komt de kalender, onder het kopje actueel, op de website te vervallen. In plaats hiervan kunt je een overzicht van alle geplande activiteiten vinden door op de Google Agenda te klikken. Deze staat in het snelmenu, rechtboven.




Je kunt per week of per maand de activiteiten bekijken. Klik je op "Agenda" dan krijg je een overzicht met de activiteiten volledig in beeld, per dag, te zien.

0 **0** Delen

Sint Ursula (/)

## SINT URSULA HEYTHUYSEN

Tel. 0475 - 492 088
heythuysen@ursula.nl (mailto:heythuysen@ursula.nl)

### Postadres

Postbus 3016
6093 ZG Heythuysen

### Bezoekadres

Tienderweg 101
6093 EN Heythuysen