

In dit informatieblad staan allerlei wetenswaardigheden en wordt de aandacht gevestigd op activiteiten die op SG Sint Ursula plaatsvinden. Het infobulletin verschijnt op vastgestelde data om de 3 à 4 schoolweken (mits er kopij is), of ad hoc indien nodig. Kopij kan aangeleverd worden bij de eindredacteur, dhr. Ruud Hermans ([ruudhermans@ursula.nl](mailto:ruudhermans@ursula.nl)). De verantwoordelijkheid voor de inhoud berust bij de schoolleiding.

- Items zonder gekleurde achtergrond zijn van algemene aard en relevant voor beide locaties.
- Items met een **oranje** achtergrond zijn (met name) relevant voor locatie Heythuysen.
- Items met een **blauwe** achtergrond zijn (met name) relevant voor locatie Horn.

## editie 7 - 26 november 2020 - schooljaar 2020/2021

**11 DECEMBER: PAARSE VRIJDAG.** Op Sint Ursula willen we graag dat alle leerlingen zich thuis voelen. Jongeren kunnen vaak druk ervaren om zich te gedragen zoals alle anderen van hun leeftijd. Op Paarse Vrijdag vragen we daarom aandacht voor de acceptatie van iedereen zoals hij of zij is, zodat iedereen zich veilig voelt. En dat kunnen we alleen samen doen. [LEES VERDER ...](#)

**STUDIE NA SCHOOL (SNS).** SNS geeft ondersteuning aan leerlingen die thuis moeilijk tot studeren komen. Zo willen we ervoor zorgen dat iedere leerling dezelfde kans krijgt om zo goed mogelijk te presteren. Vind je thuis niet de rust, vind je het plannen van je huiswerk lastig, of heb je (nog) niet de discipline om geconcentreerd met schoolwerk bezig te zijn? [LEES VERDER ...](#)

**DICHTBUNDEL ROOS VAN MELICK.** Eén van onze leerlingen, Roos van Melick, heeft onlangs een eigen dichtbundel uitgebracht: 'Als wolken voorbij drijven.' Een prestatie van formaat, waar wij natuurlijk graag enige aandacht aan besteden! De bundel is bij Roos de bestellen. [LEES VERDER ...](#)

**OVER HET PUBERBREIN & ALCOHOL, ROKEN, GAMEN EN DRUGS (informatie voor ouders).** Jongeren maken meer en sneller emotionele keuzes. Ze zijn minder goed in staat om hun gedrag te controleren en ze zijn gevoelig voor hun sociale omgeving. Het gedrag is vaak sterk gericht op 'kicks'. Vincent van Gogh GGZ geeft hier voorlichting over. [LEES VERDER ...](#)

**SMOKEFREE CHALLENGE (locatie Heythuysen).** De meeste rokers beginnen tussen de 12 en 16 jaar. Hoe jonger zij starten, hoe groter de kans is dat zij blijven roken. De Smokefree Challenge tracht dit tegen te gaan. Het doel van de Challenge is het stellen en zo lang mogelijk vasthouden van de niet-roken-norm. [LEES VERDER ...](#)

**NIEUWS VAN HET CJG.** Hoe kun je sociale media positief inzetten? Hoe gaat je tiener om met onderwerpen zoals nepnieuws en beautification? En hoe zit het met hun privacy? Lees erover in de tip van de maand van het CJG. Tevens is het mogelijk om je op te geven voor een interessant webinar over jongeren en sociale media. [LEES VERDER ...](#)

### belangrijke data

VMBO

HAVO

ATHENEUM

GYMNASIUM

**JAARPLANNER  
LOCATIE HEYTHUYSEN**

Klik om de planner toe te voegen aan uw eigen digitale agenda.

Op onze website vindt u de actuele  
**JAARPLANNER.**  
Klik hier om deze in te zien.

**JAARPLANNER  
LOCATIE HORN**

Klik om de planner toe te voegen aan uw eigen digitale agenda.

**Boekenfonds locatie Heythuysen:** het boekenfonds is elke dinsdag het 5e lesuur geopend. Inloop is dan mogelijk op de docentenwerkplek.  
**Boekenfonds locatie Horn:** het boekenfonds is elke dinsdag en vrijdag aansluitend aan het 7e uur (van 14.45 tot 14.55) uur geopend.

## 11 DECEMBER: PAARSE VRIJDAG

Op **11 december** 2020 organiseren we **Paarse Vrijdag**. 'Paarse Vrijdag' is een dag waarop mensen door het dragen van de kleur paars hun solidariteit kunnen tonen met homo- en biseksuele, lesbische en transgender-jongeren. Deze dag werd voor het eerst gehouden in 2010 en vindt in Nederland altijd plaats op de tweede vrijdag van december.

**Paarse Vrijdag** ontstond naar het voorbeeld van Spirit Day in de Verenigde Staten, die eerder in 2010 voor het eerst plaatsvond als uiting tegen het pesten van lhbtj-jongeren. De kleur paars en de in Noord-Amerika gebruikte naam Spirit Day zijn ontleend aan de paarse

baan van de regenboogvlag van de homobeweging, die 'spirit' (karakter) symboliseert.

Op Sint Ursula willen we graag dat alle leerlingen zich thuis voelen. Jongeren kunnen vaak veel druk ervaren om zich te gedragen zoals alle anderen van hun leeftijd. Op **Paarse Vrijdag** vragen we daarom aandacht voor de acceptatie van iedereen zoals hij of zij is, zodat iedereen zich veilig voelt. En dat kunnen we alleen samen doen: leerlingen, docenten en ouders.

Dus draag die dag **paars** en dan maken we er een feestelijke actie van waarbij iedereen welkom is!



[TERUG NAAR INHOUD](#)



## STUDIE NA SCHOOL (SNS)

SNS geeft een extra ondersteuning aan leerlingen die thuis moeilijk tot studeren komen. Op deze manier willen we ervoor zorgen dat iedere leerling dezelfde kans krijgt om zo goed mogelijk te presteren.

Vind je thuis dus niet de rust, vind je het plannen van je huiswerk lastig, of heb je (nog) niet de discipline om geconcentreerd met schoolwerk bezig te zijn? Dan biedt Sint Ursula kosteloos een ideale ondersteuning!

Zoals eerder vermeld zal de tweede periode SNS direct na de kerstvakantie van start gaan. Heb je interesse om deel te nemen, vul dan het formulier in. Ook als je tijdens de afgelopen periode al hebt deelgenomen en nu weer wilt deelnemen, dien je je op te geven.

Let op, er zijn formulieren voor de locatie Horn en de locatie Heythuysen:

- [opgaveformulier locatie Heythuysen](#)
- [opgaveformulier locatie Horn](#)

In je lesrooster zie je vervolgens vanaf week 1 2021 de geplande momenten SNS verschijnen, zodat je weet waar je op welk moment wordt verwacht.

Planning:

periode 2	week 1-9
periode 3	week 10-17
periode 4	week 18-28

[TERUG NAAR INHOUD](#)

## DICHTBUNDEL ROOS VAN MELICK, V6B

### Leuk nieuws!

Mijn naam is Roos van Melick en ik zit nu in 6 VWO op Ursula in Horn. Ik ben super blij en heel erg trots, want mijn allereerste dichtbundel is helemaal af nadat ik er ongeveer een halfjaar aan gewerkt heb.

De bundel is een bundeltje geluk met meer dan 150 gedichtjes en mag hopelijk veel lichtjes verspreiden. De gedichtjes zijn allemaal uniek en bevatten hun eigen boodschap, maar ze zijn allemaal geschreven met een positieve en hoopvolle gedachte.

De bundel is bij mij te bestellen voor €17,95 excl. verzendkosten en dan wordt het leuk verpakt met een lieve boodschap en een kleinigheidje. Stuur een bericht of mail naar: [alswolkenvoorbijrijven@gmail.com](mailto:alswolkenvoorbijrijven@gmail.com).

Dus zoek je nog een leuk (sint- of kerst)cadeau voor jezelf of iemand anders? Laat het me weten! En laat me vooral weten wat je ervan vond als je mijn boek gelezen hebt!

Roos van Melick, V6B



[TERUG NAAR INHOUD](#)

**Informatie voor ouders**

**OVER HET PUBERBREIN & ALCOHOL, ROKEN, GAMEN EN DRUGS**

Jongeren maken meer en sneller emotionele keuzes. Ze zijn minder goed in staat om hun gedrag te controleren en ze zijn gevoelig voor hun sociale omgeving. Het gedrag is vaak sterk gericht op 'kicks'. Hierdoor zijn ze extra kwetsbaar voor riskant gedrag in de vorm van roken, alcohol- en drugsgebruik.

Onderzoek wijst uit dat het gebruik hiervan een negatieve invloed heeft op de ontwikkeling van de hersenen bij jongeren. Daarom is het advies: niet roken en niet drinken, zeker niet voor je 18de.

Vincent van Gogh GGZ & Verslavingszorg geeft voorlichting over de werking van alcohol, roken, gamen en drugs, in combinatie met het puberbrein. In [DEZE FLYER](#) wordt beknopt meer informatie over dit onderwerp gegeven.

Ook wordt online voorlichting gegeven. U kunt [DEZE INFORMATIEVE VIDEO](#) bekijken. Dit is een afgeschermd video, dus u heeft de code **7WTVSg!** nodig om het filmpje te kunnen bekijken.



**VINCENT VAN GOGH**

voor geestelijke gezondheid

[TERUG NAAR INHOUD](#)

**SMOKEFREE CHALLENGE (locatie Heythuysen)**

De meeste rokers beginnen tussen de 12 en 16 jaar. Hoe jonger zij starten, hoe groter de kans is dat zij blijven roken. De Smokefree Challenge tracht dit tegen te gaan. Het doel van de Challenge is het stellen en zo lang mogelijk vasthouden van de niet-roken-norm. De Smokefree Challenge is bedoeld voor leerlingen uit de 1e en 2e klas van alle schooltypen in het voortgezet onderwijs. De Challenge is juist voor leerlingen die (nog) niet roken. De leerlingen van de brugklassen (locatie Heythuysen) nemen deel aan deze challenge.

De Smokefree Challenge duurt van 1 november tot 1 mei. In deze periode worden de klassen uitgedaagd om niet te roken. In november, januari en maart vinden zogenaamde "Smokefree-checks" plaats waarbij wordt geïnventariseerd of leerlingen niet of wel roken. De docent geeft dit door in een digitale monitor. Het eventuele aantal rokers aan het einde van de wedstrijd mag niet meer zijn dan het aantal bij aanvang. Daarnaast kan de docent gebruik maken van een aantal lessuggesties (onder andere quizjes en filmpjes).



[TERUG NAAR INHOUD](#)

## NIEUWS VANUIT HET CJG

### CJG TIP VAN DE MAAND: SOCIAL MEDIA

Hoe kun je sociale media positief inzetten? Hoe gaat je tiener om met onderwerpen zoals nep-nieuws en beautification? En hoe zit het met hun privacy? Tieners zijn nog aan het ontdekken hoe social media werken. Ze begrijpen elkaar soms verkeerd, hierdoor kan er pestgedrag ontstaan of maken ze ruzie. Ook kunnen ze bang zijn om buitengesloten te worden, hierdoor moeten ze van zichzelf misschien alle berichtjes lezen. Want stel je voor dat je iets mist! Een aantal tips om het gesprek met je tiener aan te gaan:

1. Praten over wat er online gebeurt blijft belangrijk. Laat je tiener merken dat ze altijd bij je terecht kunnen, ook wanneer er iets vervelends is gebeurd.

2. Tieners kunnen (onbewust) lijden onder de druk om steeds alle berichten te "moeten" lezen die ze binnenkrijgen. Leer ze daarmee omgaan. Praat over die groepsdruk, zodat ze keuzes leren maken. Maak samen afspraken over het maken van huiswerk, het omgaan met afleiding en het verantwoord omgaan met social media.

3. Zorg dat je tiener genoeg momenten heeft om ook even los van "social media" te zijn: even zonder mobiel.

Lees [hier](#) meer over social media bij pubers. Op 10 december geven we een gratis webinar over jongeren en social media, aanmelden kan [HIER](#).



centrum voor  
jeugd en gezin



## ACTIVITEITENAANBOD

### Jongeren en hun 800 vrienden | WEBINAR

Social media is niet meer weg te denken uit ons dagelijks leven. Het is vooral erg leuk en een manier om online met elkaar in contact te komen. Juist in deze tijd, waarbij sociale contacten beperkt zijn, zoeken jongeren elkaar online meer en meer op.

Social media is niet alleen erg leuk, het is ook een heel krachtig medium met een wereldwijd bereik. Denk bijvoorbeeld aan de Jerusalema-challenge; het wereldwijde troostlied van zorgmedewerkers tijdens deze coronacrisis. Maar hoe leuk social media ook kan zijn, het kent ook een aantal risico's. Jongeren kunnen deze risico's vaak moeilijker inschatten en daarom is jouw rol als ouder hier zo belangrijk.

Hoe zorg jij ervoor dat jouw zoon of dochter op een verstandige manier gebruik maakt van Social Media? Hoe kun je grenzen stellen en deze ook handhaven? En hoe kun je, juist nu, in gesprek komen / blijven met jouw zoon of dochter rondom dit thema?

Tijdens dit webinar geven we antwoord op al jouw vragen en hebben we het onder andere over:

- Populaire platformen
- Media opvoeding
- Sexting en Grooming
- Cyberpesten

Tijdens dit webinar geven we antwoord op al deze vragen, en meer.

### Jongeren en hun 800 vrienden op social media 10 december 2020

20.00 tot 21.30 uur

Aanmelden kan [hier](#), of via de link op [onze website](#).

GRATIS  
WEBINAR

centrum  
voor jeugd en gezin  
midden-limburg



Deze lezing is voor iedereen toegankelijk, ongeacht de leeftijd van jullie kinderen. Je kunt het webinar volgen vanaf je laptop, tablet of smartphone.

Opvoeden doe je niet alleen!

centrum  
voor jeugd en gezin  
midden-limburg

Vogelsbleek 10 | 6001 BE Weert

T: 088 - 438 83 00 | E: [info@cjgml.nl](mailto:info@cjgml.nl) | [www.cjgml.nl](http://www.cjgml.nl)



[TERUG NAAR INHOUD](#)