

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). De verantwoordelijkheid voor de inhoud berust bij de schoolleiding. Items met een **zwarte titel** zijn van algemene aard en relevant voor beide locaties. Items met een **oranje titel** zijn (met name) relevant voor locatie Heythuysen. Items met een **blauwe titel** zijn (met name) relevant voor locatie Horn.

infobulletin 9 - 7 maart 2024 - schooljaar 2023/2024

| | |
|--|-----------|
| ALGEMENE INFORMATIE VOOR BEIDE LOCATIES | 1 |
| Vooraankondiging | 1 |
| De Onderwijsmonitor Limburg | 1 |
| Ouderraad Sint Ursula zoekt versterking! | 2 |
| Wigwam zoekt jou! | 4 |
| Jongerenraad Leudal | 5 |
| INFORMATIE VOOR LOCATIE HEYTHUYSEN | 6 |
| Werkhouding & verzorging materiaal leerlingen | 6 |
| Groene cultuurdagen leerjaar 1 | 7 |
| INFORMATIE VOOR LOCATIE HORN | 9 |
| Demo Day 22-2 | 9 |
| Studiefinanciering aanvragen: de praktische zaken | 9 |
| Informatie over de activiteitendagen - 21 en 22 maart | 10 |
| Openingstijden boekenfonds | 11 |
| INFORMATIE VAN HET CENTRUM VOOR JEUGD & GEZIN | 12 |
| CJG Tip van de maand: prikkelverwerking | 12 |
| Activiteitsaanbod CJG | 12 |

belangrijke data





ALGEMENE INFORMATIE VOOR BEIDE LOCATIES

Vooraankondiging

De Onderwijsmonitor Limburg

Beste ouders/verzorgers,

Scholengemeenschap Sint Ursula werkt samen met de Universiteit Maastricht aan de OnderwijsMonitor Limburg (OML). Met behulp van de OML krijgen we inzicht in allerlei vragen, bijvoorbeeld: Krijgen alle leerlingen dezelfde kansen in het onderwijs? Welke rol speelt de achtergrond van de leerlingen hierbij? Welke drempels en knelpunten zijn er bij de doorstroming? Aan de hand van deze vragen brengen we de kwaliteit van ons onderwijs in beeld en werken wetenschappers, leraren en andere onderwijspecialisten samen aan de verdere verbetering hiervan. Ook kan de OML gebruikt worden om na te gaan of specifieke programma's of projecten effect hebben op leerlinguitkomsten. De meeste basisscholen en middelbare scholen in Limburg doen mee.

Op de middelbare school wordt de OML **tussen 11 maart en eind juni** afgenomen bij **leerlingen van het derde leerjaar en hun ouders**. We verzamelen de volgende gegevens:

- Administratiegegevens zoals naam- en adresgegevens (geen cijfers). Deze gegevens zijn nodig voor de koppeling van de data en worden na koppeling voor de onderzoekers verwijderd.
- De leerlingen vullen klassikaal een digitale vragenlijst in over zaken als tevredenheid over de school, zelfvertrouwen, motivatie, schoolhouding en vertrouwen in de toekomst. Daarnaast maken ze een toets om de algemene taal- en rekenvaardigheden in beeld te krijgen.
- De ouders/verzorgers vullen thuis een digitale vragenlijst in. Deze vragenlijst bevat vragen over de achtergrond en ontwikkeling van het kind en over de tevredenheid van ouders met het onderwijs. Ouders ontvangen rond 11 maart een link via ons schoolsysteem om de vragenlijst digitaal in te vullen. Een andere mogelijkheid om de vragenlijst te bereiken is via een gepersonaliseerde QR-code, die ouders per post krijgen thuisgestuurd.

Sint Ursula wil leerlingen graag datgene bieden wat ze nodig hebben. De OML helpt hierbij. U kunt ons helpen door de oudervragenlijst van de OML in te vullen. Deze gegevens zijn belangrijk om een compleet beeld te krijgen. Hoe meer ouders/verzorgers de vragenlijst invullen, hoe preciezer de situatie in beeld gebracht kan worden. Scholen en besturen ontvangen een school- en bestuurs-terugkoppeling van de OML-resultaten en daarnaast worden de Limburgse resultaten op de website gedeeld. U kunt de Limburgse resultaten zelf ook [hier](#) bekijken.

Privacy

De OML houdt zich strikt aan de eisen vanuit de privacywetgeving. De verzamelde gegevens worden versleuteld aangeleverd bij een gespecialiseerde dienstverlener van de Universiteit Maastricht. Deze verzorgt de koppeling tussen de verschillende gegevensbronnen en archiveert de persoonsgegevens separaat in een beveiligde omgeving. Vervolgens wordt een geanonimiseerd onderzoeksbestand ter beschikking gesteld aan de betrokken onderzoekers. De betreffende onderzoekers hebben dus net als de deelnemende scholen nooit toegang tot gegevens die herleidbaar zijn tot leerlingen. Dit alles is vastgelegd in een privacyconvenant dat met het bevoegd gezag (bestuur) overeengekomen is.

Opt-out

Als u niet wilt dat gegevens van uw kind meegenomen worden binnen de OML, dan kunt u dit aankruisen aan het begin van de oudervragenlijst. De verzamelde gegevens van uw kind worden dan verwijderd uit het onderzoeksbestand van de OML. Als u nog vragen hebt, e-mail dan naar Jacqueline Haze van Universiteit Maastricht via J.Haze@maastrichtuniversity.nl.

Alvast hartelijk bedankt voor uw medewerking!

Ouderraad Sint Ursula zoekt versterking!

OUDERRAAD SINT URSULA ZOEKT



Wat kost het je:

5 x per jaar
2 uurtjes

Betrokken
ouders

Een paar
extra
schouders

Meedenkers

Goede
ideeën

Nieuwe
leden

Helpende
handen

Enthousiaste
ouders



Sint Ursula
VMBO - HAVO - ATHENEUM - GYMNASIUM

Meer informatie? Stuur een bericht naar:
oudersvoorouders.ursula@gmail.com

Wie zijn we?

Wij zijn een groep enthousiaste en betrokken ouders die zich samen met de schoolleiding inzet voor een prettige en veilige leeromgeving. 5 x per jaar vindt er een gezamenlijk overleg plaats. Daarnaast werken wij in kleinere groepjes aan gerichte thema's.

Wat doen we?

- 1 Vertegenwoordigen**
Zowel ouders als leerlingen. Wij bespreken vragen van ouders en leerlingen met de schoolleiding. Ook zijn wij vertegenwoordigd in de medezeggenschapsraad (MR).
- 2 Informeren**
Wij informeren ouders over wat er op school gebeurt.
- 3 Adviseren**
Wij fungeren als klankbord en hebben een adviserende rol richting schoolleiding over zaken die leerlingen en ouders aangaan.
- 4 Organiseren**
Wij helpen de school bij het organiseren van diverse activiteiten, zoals bijvoorbeeld de beroepenavond of thema-avonden.

Wil jij je als ouder inzetten voor de ouderraad?
Of wil je gewoon een keer een vergadering bijwonen?
Heb je vragen of suggesties? Stuur dan een bericht naar:
oudersvoorouders.ursula@gmail.com

Wigwam zoekt jou!

Wigwam zoekt jou!



Wigwam organiseert tijdens schoolvakanties speciaal voor (gezinnen met) kinderen en jongeren met een beperking

Wigwamvakanties op verschillende plekken in Nederland.

"Bij Wigwam is elke week en elk kind een bijzonder avontuur"
Femke

Voor verschillende functies zijn we **dringend op zoek naar jou!**

"De steeds blijer wordende jongeren, die het zichtbaar en hoorbaar (!) ontzettend naar hun zin hebben"
Klaas-Jan



Scan hier voor een impressie

Wil jij je inzetten voor Wigwam, dan **bieden** wij:

- een schat aan ervaring
- alle maaltijden
- een plek om te overnachten
- mogelijk studiepunten of een opdracht
- een diversiteit aan deelnemers
- 100% voldoening
- een fantastische vakantiestemming
- en nog veel meer.....

Schrijf je dus snel in voor onze gezins- of jongerenvakanties via <https://www.stichtingwigwam.nl/aanmelden-vrijwilliger/>

Meer weten: www.stichtingwigwam.nl of via audrey@stichtingwigwam.nl of 06-30354244.

Tot ziens bij Wigwam!



Jongerenraad Leudal

Ben jij tussen de 13 en 18 jaar? Wil je ook iets betekenen voor de Leudalse jongeren? Deel je graag je mening met anderen? Praat mee over jouw toekomst! Denk mee over de toekomst van Leudalse jongeren. Meepraten over belangrijke onderwerpen voor jongeren. Leuk en leerzaam. Meld je nu aan voor de jongerenraad Leudal! Heb je interesse of wil je meer informatie? Scan de QR code en stuur een mail vóór 15 maart!

BEN JIJ TUSSEN DE 13 EN 18 JAAR?

PRAAT MEE OVER JOUW TOEKOMST!

WIL JE OOK IETS BETEKENEN VOOR LEUDALSE JONGEREN?

MEEPRATEN OVER BELANGRIJKE ONDERWERPEN VOOR JONGEREN

DEEL JE GRAAG JE MENING MET ANDEREN?

**MELD JE NU AAN
VOOR DE
JONGERENRAAD
LEUDAL!**

LEUK EN LEERZAAM

DENK MEE OVER DE TOEKOMST VAN LEUDALSE JONGEREN!

HEB JE INTERESSE OF WIL JE MEER INFORMATIE?
SCAN DE QR CODE EN STUUR EEN MAIL VÓÓR 15 MAART!

Gemeente **leudal**



INFORMATIE VOOR LOCATIE HEYTHUYSEN

Werkhouding & verzorging materiaal leerlingen

Aan het begin van het schooljaar hebben we het volgende gedeeld via het infobulletin, hierbij een herinnering:

Om de les goed te kunnen volgen zijn de volgende zaken essentieel:

Benodigheden per vak

Tijdens de lessen heeft uw zoon/dochter/pupil een aantal zaken nodig om de lessen goed mee te kunnen volgen en te werken. Denk hierbij aan:

Een etui met:

- 2 pennen (blauw of zwart)
- Potlood HB
- Gum
- Slijper
- Schaar
- Plakstift
- Geodriehoek
- Passer
- Kleurpotloden 12 stuks: o.a. geel, rood, blauw, oranje, paars, groen, zwart, bruin
- Markeerstift
- USB-stick

Algemene spullen:

- Rekenmachine
- Oortjes
- iPad opgeladen (iPad-klassen)



Overige vakspecifieke benodigheden krijgen de leerlingen in de diverse lessen van de vakdocenten te horen.

Aandacht voor houding in de klas

De belangrijkste aandachtspunten die horen bij een goede werkhouding tijdens de les zijn:

- Respect hebben voor elkaar.
- Juiste spullen bij zich hebben.
- Huiswerk af hebben, meenemen en verbeteren.
- Aandacht erbij houden tijdens uitleg.
- Actieve houding tijdens opdrachten.
- Vragen stellen bij onduidelijkheden.
- Telefoon in het telefoonhotel.

De bovenstaande punten kunnen per vak aangevuld worden.

Groene cultuurdagen leerjaar 1

Op **woensdag 7 februari** kregen de leerlingen van de brugklas allerlei workshops en gastlessen die gericht zijn op de 'groene cultuur'. Op een laagdrempelige manier bewust worden van klimaatverandering, duurzaamheid en omgaan met afval.

Het programma bestond uit een vijftal leerzame activiteiten.

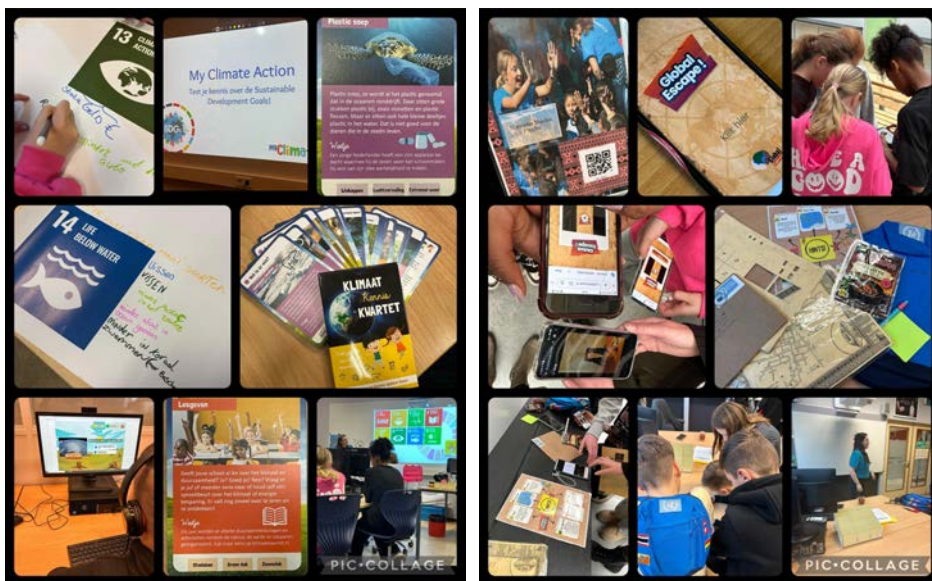
Activiteit 1: workshop 'Djembe' gegeven door Popschool Parkstad. Robin Zalm leerde de leerlingen hoe zij op een West-Afrikaanse drum en muziekstuk konden spelen en hoe deze muziekinstrumenten duurzaam worden gemaakt.

Activiteit 2: gastles 'Klimaat en plasticsoep' gegeven door Simon Huver van het WWF. In deze gastles werd er aandacht besteed aan de klimaatverandering en de nadelige gevolgen van de grote hoeveelheden plastic die in de natuur terechtkomen.

Activiteit 3: gastles 'My climate action' gegeven door Global Explorations. In deze gastles speelden de leerlingen een interactief spel waarbij zij in actie kwamen voor een groenere wereld.

Activiteit 4: gastles 'Global escape' gegeven door Global Explorations. Global Escape was een wereldse zoektocht door school waarbij in kleine groepjes, met digitale ondersteuning, een uitweg uit diverse raadsels en opdrachten werd gezocht. Het thema was tevens gericht op een groenere wereld.

Activiteit 5: theatervoorstelling 'ZOO!!!' gegeven door Theater Helder. Een boeiende en leuke voorstelling over zwerfafval waarin aandacht werd besteed aan het opruimen van zwerfafval & leerlingen met de beste spreuk voor een pratende prullenbak maar liefst een eigen handgrijper konden winnen!



Donderdag 8 februari -
Terugblik SchoonChallenge

Op de laatste schooldag voor de carnavalsvakantie zijn alle brugklassers Heythuysen ingetrokken voor de SchoonChallenge. Het leek erop dat de weergoden ons niet goed gezind zouden zijn, maar uiteindelijk is het bij een beetje motregen gebleven.

Na een korte introductie in de klas zijn een kleine 100 brugklassers, gewapend met een prikstok, handihoop, een paar handschoenen en een veiligheidshesje, flink in de weer geweest om Heythuysen 'schoon te prikken'!

Gemeente Leudal heeft ons helemaal voorzien van de benodigde materialen. Daarnaast heeft wethouder Wijhers- van der Linden een bezoek gebracht aan Sint Ursula om deze actie extra te ondersteunen en het belang van een schone natuur te onderstrepen.

Tijdens het prikken hebben de kinderen foto's gemaakt die ze naderhand in een iMovie filmpje hebben verwerkt. Wat een rare dingen zijn de kinderen allemaal tegengekomen in de natuur, een kleine greep uit de bevindingen; Een grote teddybeer, meer dan 60 lege blikjes bier (die leverden €11,- aan statiegeld op voor het goede doel 'Dierenbescherming'), hele pakken folders en nog bergen oud vuurwerk....

Natuurlijk kon het groepje met het meest aansprekende filmpje een mooie prijs winnen; voor ieder groepslid een bioscoopbon! De winnaars waren Yara, Sjors en Vanessa met het filmpje Superkids! Van harte proficiat!

Wellicht heeft u de beelden al gezien van de prikactie op ML5, anders zijn ze nog te vinden via [deze link](#).



INFORMATIE VOOR LOCATIE HORN

Demo Day 22-2

Sinds een aantal jaar werkt het team bovenbouw havo met het project 'Ondernemerschap in de klas'. Een onderwijskundig model waarop we terecht trots zijn, omdat Sg. St. Ursula hiermee als een van de weinige scholen in Nederland een geheel eigen invulling heeft gegeven aan het begrip profielwerkstuk. Onze leerlingen denken buiten de muren van het klaslokaal en zetten voor een klein jaar hun ondernemende bril op met het doel een nieuw product of een nieuwe dienst op de markt te brengen. Aan dit proces gaat wel nog een aantal maanden van kostencalculaties, enquêtes en marktonderzoeken vooraf, maar daarna is het tijd om een mooi product te presenteren dat tegemoet komt aan de behoeftes van de consument.

Het moment waarop leerlingen met hun eindproduct naar buiten komen, mag dan ook extra benadrukt worden in een speciale 'Demo Day'. Wat in feite niets anders is dan een soort beurs waarbij jongeren bij speciale stands tonen waaraan ze het afgelopen jaar gewerkt hebben. Daarnaast showen leerlingen hun presentatievaardigheden door in een 1-minuut durende pitch duidelijk te maken waarom hun product of dienst noodzakelijk is om te gebruiken.

Op donderdag 22 februari was het dan zover en mochten leerlingen weer en plein public hun waren zien te verkopen. En dat werd groots aangepakt! Zowel de pitches als de producten werden door een jury van statuur beoordeeld, onder wie dhr. Martens (wethouder van Leudal). Om het geheel op te luisteren kwam ML5 met een cameraploeg richting Horn voor een reportage. Binnenkort zal het resultaat hiervan te zien op de website van de betreffende omroep.

De Demo Day werd afgetrapt met de pitches die door de collega's dhr. Van Hensberg en dhr. Beurskens naadloos aan elkaar werden gepraat. Daarna konden de juryleden een kijkje gaan nemen bij de verschillende stands en de leerlingen onderwerpen aan enige kritische vragen.

De prijsuitreiking vormde een mooi sluitstuk van een meer dan geslaagde avond. Wij feliciteren de winnaars met het beste idee: Sam, Arnout, Tuur en Jarno en de winnaars in de categorie beste pitch: Cris, Ise, Liena, Fajah en Milou. Wij hebben erg genoten van de ideeën en big smile van onze leerlingen!

Studiefinanciering aanvragen: de praktische zaken

Havo- en vwo-scholieren die gaan studeren moeten een aantal zaken regelen voordat hun opleiding begint, zoals het aanvragen van studiefinanciering en het studentenreisproduct. DUO helpt daar graag bij. Als vervolg op het webinar 'Studiefinanciering hoger onderwijs: hoe werkt het?' organiseren we op 14 maart om 19.30 uur een webinar over de praktische zaken die studenten moeten regelen.

Onderwerpen

In het webinar vertellen voorlichters van DUO alles wat toekomstige studenten moeten weten over studiefinanciering voor het hoger onderwijs. De volgende onderwerpen komen in elk geval aan bod:

- Wat kunnen studenten aanvragen? En wanneer moeten ze dit doen?
- Wat moeten ze doen om met het studentenreisproduct te reizen?

- Wat moeten ze terugbetalen en wat is een gift?
- Wat moeten ze doen bij wijzigingen in hun opleiding?
- Wat moeten ze regelen als ze in het buitenland gaan studeren of stage lopen?
- Hoe kunnen studenten via Mijn DUO zaken regelen bij DUO?



Aanmelden

Het webinar is gratis online te bekijken. Het webinar duurt 30 minuten. Tijdens het webinar kunnen studenten vragen stellen via de chat. Deze vragen beantwoorden we in de 15 minuten aansluitend aan het webinar of later per e-mail. Geïnteresseerden kunnen zich vooraf aanmelden op duo.nl/webinar.



Informatie over de activiteitendagen - 21 en 22 maart

Donderdag 21 maart

Brugklassen: Cultuurdag

De brugklasleerlingen volgen workshops a.d.h.v. een programma dat door de vakgroep kunstvakken wordt georganiseerd en aangeboden.

2 vmbo-T / havo / vwo: Cultuurdag

De jaarlijkse cultuurdag staat op het programma. Deze dag komt tot stand in samenwerking met de ECI Cultuurfabriek in Roermond. Het is een belangrijke dag voor de algemene culturele ontwikkeling van onze leerlingen. Het doel van de cultuurdag is om de leerlingen op een verrassende manier kennis te laten maken met kunst en cultuur.

Dit jaar hebben we ervoor gekozen om de cultuurdag bij de ECI in Roermond te laten plaatsvinden. Een creatieve inspirerende plek stimuleert de creativiteit. De leerlingen zullen hier een voorstelling bekijken en 1 workshop volgen. Je moet hierbij denken aan workshops dans, fotografie, film, theater, muziek enz. Eind volgende week krijgen de leerlingen een mail met de indeling van de workshops.

Het programma van T2 en H2/V2 is verschillend. T2 start met de film Scrapper en volgt daarna een workshop. H2/V2 starten met een workshop en gaan in de middag naar de dansvoorstelling Birds van DOX.

3 vmbo-t: Gastles van een arts over vaperen

Een op de vijf Nederlandse jongeren van 12 tot en met 25 jaar heeft in het afgelopen jaar wel eens een e-sigaret gebruikt. Dat blijkt uit de nieuwe jongerenmonitor tabaks- en nicotineproducten van het Trimbos-instituut.

Van de kinderen tussen 12 en 14 jaar zegt een op de tien elke maand een zogenoemde vape te gebruiken. Om meer bewustwording te creëren over de gevaren van vaperen onder jongeren komt een arts een gastles verzorgen over vaperen.

Voorafgaand aan de gastles, krijgen de leerlingen een voorlichting over het goede doel en komen er twee oud-leerlingen naar school om een voorlichting te verzorgen over de Rooi Pannen.

3 havo / vwo: Excursie Brussel

De vakgroep Frans organiseert dit schooljaar voor havo 3 en vwo 3 een excursie naar de Belgische

hoofdstad Brussel. Dit bezoek zal plaatsvinden op donderdag 21 maart (aansluitend aan de toetsweek). Op die dag vertrekken we om 7.45 uur of om 8.15 uur met 3 touringcars in Horn en zullen we omstreeks 17.00 uur weer terug zijn in Horn. De verschillende vertrektijden hebben te maken met het startpunt van de wandeling met opdracht in Brussel.

De leerlingen moeten tijdens dit bezoek een aantal opdrachten maken, die ze tijdens de busreis van hun mentor of docent Frans krijgen uitgereikt. Uiteraard hebben deze opdrachten te maken met de Franse taal. De opdrachten worden in van tevoren gemaakte groepjes gemaakt en later door de docenten Frans beoordeeld.

4 vwo

Op 21 maart komt een gastspreker ons iets vertellen over de [Ronald McDonald-huizen](#). Gezinnen met een zieke kind, dat behandeling in een ziekenhuis nodig heeft, kunnen in deze huizen op loopafstand van het ziekenhuisbed verblijven. Zo kunnen ouders en kinderen in een hele moeilijke tijd toch bij elkaar in de buurt blijven. Een ontzettend goed doel, dat wij van harte ondersteunen. De leerlingen zullen vervolgens een actie gaan organiseren om hiervoor geld in te zamelen.

Vrijdag 22 maart

Brugklassen: Gastles over social media en sexting

Tijdens de gastlessen wordt door 2 externen uitleg gegeven over beide thema's. Daarna gaan de klassen, samen met hun mentor (of andere docent uit het bk-team), aan de slag met verwerkingsopdrachten die in de gastlessen besproken zijn. Tot slot wordt er een plan besproken voor 'de goede-doelen-actie' per klas.

2 + 3 vmbo-t: Gastlessen rechtspraak

Onafhankelijke rechtspraak is een van de pijlers van de rechtsstaat. Zoals Hugo de Groot al zei: "Zonder gedegen rechtspraak komt geweld." Wat is gedegen rechtspraak dan? Hoe werkt rechtspraak in Nederland? Rechtspraak is regelmatig (in het nieuws) onderwerp van debat en dat is maar goed ook. Tijdens deze gastles gaan leerlingen/studenten dieper in op dit onderwerp. Om te begrijpen waarom straffen noodzakelijk zijn en hoe een straf eis tot stand komt, krijgen leerlingen een casus voorgelegd gebaseerd op een echte zaak. De casus wordt in een video toegelicht



door een officier van justitie. Welke straf vinden de leerlingen gepast en waarom? Tijdens een fysieke gastles spelen leerlingen daarnaast een rechtszaak na over uitgaansgeweld. De leerlingen krijgen allemaal rollen toegewezen. Zo zijn er rechters, maakt een griffier aantekeningen, staat een advocaat de verdachte bij en geeft het slachtoffer een verklaring. Tijdens een online gastles doen we met z'n allen een quiz om meer te weten te komen over de Nederlandse rechtsstaat.

De leerlingen van leerjaar 2 bespreken na een pauze-moment op welke manier zij met de klas iets gaan betekenen voor een ander en koppelen hier tevens een goed doel aan.

2 havo / vwo: Gastlessen Veteraan / Regels en rechten / Mensenrechten en Trefbaltoernooi

Alle leerlingen van 2 h/v krijgen een gastles gegeven door een veteraan. Deze zal wat vertellen over zijn eigen ervaringen tijdens missies en een aantal dilemma's voorleggen waar zij vaak mee te maken kregen. Vervolgens zijn er gastlessen over regels en rechten door ProDemos en mensenrechten door het VN jongerenplatform.

Na de pauze gaan de klassen met hun mentor/begeleider iets voor de goededoelen-actie bedenken en aansluitend is er een trefbal-competitie. De dag begint om 09.00u en zal rond 14.45u afgelopen zijn.

3 havo / vwo: Cultuurdag

Alle leerlingen van 3 havo en 3 vwo nemen deel aan de jaarlijkse cultuurdag. Deze dag komt tot stand in samenwerking met de FilmHub Zuid. Tijdens deze dag maak je onder begeleiding van experts kennis met de wereld van film.

Gedurende deze dag kom je te weten wat er allemaal bij komt kijken als je een film gaat maken en doorloop je alle fases van het maken van een film: script schrijven, storyboard maken, filmen en monteren. Aan het einde van de dag presenteer je, met je groepje, je film in je eigen klas.

Aan iedere klas is een professional uit het werkveld gekoppeld om je te begeleiden, te inspireren en alle ins en outs over de filmwereld te vertellen. Je moet hierbij denken aan iemand die in zijn dagelijks leven cameraman (of vrouw) is.

Op 22 maart zullen de leerlingen naar Roermond fietsen. Daar krijgen de leerlingen een rondleiding door de binnenstad van Roermond. Collega Roel Joris en oud-collega Harrie Maasen zullen deze verzorgen. De activiteit wordt gezamenlijk afgesloten aan de waterkant.

Donderdag 21 en vrijdag 22 maart

4 vmbo-t

Parijsreis

4 havo / 5 vwo

Reis naar Londen of Parijs

5 havo / 6 vwo

Toetsdagen

Thuisblijfprogramma

Door de ECI wordt een viertal workshops aangeboden aan de zestien leerlingen die niet meegaan op stedenreis.

De workshops bucket drumming, fotografie, rap en cartoon tekenen worden op donderdag en vrijdag op school aangeboden van 9.00 tot 12.15 uur. Omdat het om schooldagen gaat, geldt voor deze activiteiten een verplichte aanwezigheid.

Openingstijden boekenfonds

Het boekenfonds is elke donderdag aansluitend aan het 6e lesuur van 14.00 tot 14.15 uur en elke vrijdag

aansluitend aan het 7e uur van 14.45 tot 15.00 uur geopend.

INFORMATIE VAN HET CENTRUM VOOR JEUGD & GEZIN

CJG Tip van de maand: prikkelverwerking

Poeh, wat komt er soms veel op ons af! Alle informatie die we binnenkrijgen moet verwerkt worden in onze hersenen. Denk aan dingen die je ziet, voelt, hoort, ruikt, proeft, maar ook aan sfeer, emoties en alles waar je over nadent. En wat dacht je van alle sociale media en games?! Soms is het even te veel. Dat zou je kunnen merken omdat je kind zich moeilijk kan concentreren, snel geïrriteerd is of zich terugtrekt.

Hier zijn drie tips:

1. Prikkelverwerking is een automatisch proces in de hersenen. Soms is er te veel informatie om te verwerken, of komt de informatie intenser binnen. Dan kan je jongere er last van hebben. Door samen met je jongere (en school) te zoeken naar een goede balans kunnen jullie overprikkeling voorkomen. Zo kan je kind stap voor stap meer grip krijgen op zijn eigen prikkelverwerking.
2. Om in balans te komen, is ontspanning belangrijk. Denk hierbij aan sport en beweging, naar buiten gaan, lezen en ontspanningsoefeningen. Regel-



**centrum
voor jeugd en gezin**
midden-limburg

matige ontspanmomenten kunnen overprikkeling voorkomen.

3. Merk je dat jouw jongere toch overprikkeld is geraakt, geef hem/haar dan de tijd en ruimte om te bedaren. Vaak wil je als ouder je jongere helpen door erop te reageren, bijvoorbeeld door uitleg te geven. Daarmee voeg je onbedoeld nieuwe prikkels toe. Laat je kind op een veilige en rustige plek tot rust komen. Ben je ervan bewust dat het voor jullie beiden kan helpen dat je soms als ouder zelf uit de situatie gaat.

De hoeveelheid prikkels die dagelijks op ons afkomt, is de afgelopen jaren sterk toegenomen. Wil je meer weten over prikkelverwerking en wat je kunt doen om jouw jongere te helpen hiermee om te gaan? Meld je dan nu aan voor ons webinar: prikkelverwerking en hooggevoeligheid.

<https://www.cjgml.nl/single-post-name/webinar-prikkelverwerking-en-hooggevoeligheid/>

Activiteitsaanbod CJG

Webinar Prikkelverwerking en hooggevoeligheid

Alle indrukken in de omgeving: geluiden, geuren, maar ook sfeer en emoties bijvoorbeeld, verwerken we in onze hersenen. Soms zijn er meer indrukken dan een kind verwerken kan. Dan kan een kind overprikkeld raken. Driftbuien, huilen, druk of juist teruggetrokken gedrag kunnen het gevolg zijn.

Hooggevoelige kinderen krijgen meer indrukken binnen. Geen wonder dat zij sneller overprikkeld raken. Helemaal in een wereld waarin we onze dagen volplannen, we onszelf constant blootstellen aan allerlei digitale informatie en waarin oorlogen gevoerd worden.

De omgeving veranderen wordt moeilijk en heeft ook niet zo veel zin op de lange termijn. Als jouw kind leert hoe het om kan gaan met de indrukken die binnenkomen maar ook met interne gedachten, zal jouw kind minder last ervaren en met meer zelfvertrouwen kunnen opgroeien.

Maar wat kun je dan precies doen als ouder? En hoe pak je dat aan?

Onderwerpen die aan bod zullen komen zijn:

- Wat houdt prikkelverwerking in?
- Wat is hooggevoeligheid, hoe kun je het herkennen bij je kind?
- Hoe kun je jouw kind leren overprikkeling te voorkomen?
- Waar kun je als ouder/verzorger op letten?
- Praktische tips

Tijdens het webinar geven we informatie, tips en tools. Je hebt de mogelijkheid om al je vragen te stellen.

Donderdag 14 maart 20.00-21.30 uur online via Webinaargeek.



Training lekker in je vel

Deze bijeenkomsten zijn voor deelnemers van 16 jaar en ouder worden in samenwerking met het Algemeen Maatschappelijk Werk Midden Limburg en het Centrum voor Jeugd en Gezin Midden Limburg aangeboden. We richten ons in de bijeenkomsten op positieve gezondheid. De hoofdthema's bij positieve gezondheid zijn: mijn dagelijks leven, meedoen, kwaliteit van leven, mijn lichaam, mijn gedachten en gevoelens & zingeving.

In de bijeenkomsten gaan we aan de hand van een doe-boek opdrachten doen gericht op de kleine stapjes die jij kunt zetten in het realiseren van een verandering. Het geeft je inzicht in jouw gezondheid. Jij bepaalt wat je wilt veranderen. Wij geven je tips hoe je dit kunt aanpakken.

Vragen die aan bod komen zijn onder andere:

- Wat is gezondheid?
- Hoe kun je een eerste kleine stap zetten? Welke stap zou dat zijn?
- Wat staat er op je bucketlist?
- Hoe kun je voor jezelf haalbare doelen stellen?
- Hoe kun je er voor zorgen dat je goede voornemens een succes worden?
- Kunnen de mensen om jou heen je ondersteunen in de verandering die je wilt bereiken?
- Waar ben je dankbaar voor?

Dinsdag 27 maart en 16 april 18.00 – 20.00 uur CJG Zandkuilweg 8 Maasbracht

Aanmelden via e-mail: groepswerk@cjgml.nl

Webinar terugkijken Financiële zorgen in het gezin

Gas, stroom, benzine, boodschappen, huur: alles wordt duurder. Steeds meer gezinnen komen in financiële moeilijkheden door deze oplopende kosten. Veel ouders maken zich zorgen en dit gaat soms ten koste van de dynamiek in het gezin. Hoe ga je hiermee om? Hoe zorg je ervoor dat kinderen opgroeien zonder deze geldzorgen?

Tijdens dit webinar geven we handvaten hoe je hier als gezin mee om kunt gaan. We bespreken onder andere de volgende onderwerpen:

- Het effect van financiële stress: op jou, jouw kinderen én het gezin
- Financiële opvoeding van kinderen
- Omgaan met weinig geld
- (het effect van) schulden

Dit webinar is in samenwerking met het **Algemeen Maatschappelijk Werk Midden-Limburg (AMW-ML)**. Onze collega's geven aanvullende informatie over omgaan met financiële stress. En ze geven inzicht in belangrijke regelingen en voorzieningen.

Kijk [hier terug](#) (online via Webinaargeek.)

Gratis deelname voor alle activiteiten. Aanmelden kan ook via info@cjgml.nl of www.cjgml.nl