School als Wijk, Mentaal Gezond.

Voor studenten én docenten op het mbo organiseren wij collectieve activiteiten. Denk aan inspirerende trainingen, groepsactiviteiten en workshops met als doel de mentale weerbaarheid van onze studenten te versterken.

Ons aanbod kan wisselen, zodat we blijven aansluiten bij wat er nú nodig is.

Goed geregeld!
18+ en op jezelf

Interactieve workshop waarin verschillende regel- en geldzaken aan de orde komen. Daarnaast krijgen studenten verschillende tips waar ze op kunnen letten bij het op jezelf wonen en of 18 worden..

Achteraf betalen
Weet wat je doet!

Een app voor studenten om via spel, de risico's en gevolgen van achteraf betalen, virtueel te ondervinden. Bewustwording rondom commercie, financiële verantwoordelijk en de psychologische verleiding achter betaalopties. Ontwikkeld ism de Groningse Kredietbank en Bubo.

Checklist mbo

Een checklist voor startende studenten. Wat heb je nodig om te starten met je studie? Welke regelzaken moeten er gedaan worden? Denk aan OV, lesgeld, DUO.

wijs spreekuur

Een steunpunt, in samenwerking met WIJS, gericht op het ondersteunen van studenten bij praktsiche regelzaken rondom hun studie. Denk aan hulp bij DUO, OVpay, lesgeld en andere vragen. Laagdrempelige ondersteuning ter voorkoming van studie-uitval.

(Week van de) Suïcidepreventie

De bewustwording en het bespreekbaar maken van suïcide staat centraal. Het doel is dat studenten en docenten signalen herkennen, steun durven vragen en weten waar ze hulp kunnen vinden. Daarnaast is er een nauwe samenwerking met STORM en geven wij, ook buiten deze week om, lessen en informatie over suïcidepreventie.

Week van het geld

Tijdens de Week van het Geld gaan wij, in samenwerking met de kredietbank, in gesprek over geld op een laagdrempelige manier. Zo maken we studenten bewust van financiële keuzes.

Week tegen de kindermishandeling

Studenten krijgen lessen waarin we aandacht besteden aan het herkennen en voorkomen van kindermishandeling.

Bounce

Bounce is een veerkrachttraining. Het kritisch denken van de jongeren wordt gestimuleerd en de bewustwording wordt vergroot. Dit wordt gedaan via ervaringsleren. Naast deze training voor studenten wordt er een train-de-trainer aangeboden.

Overload!
Hoe jij druk de baas blijft

Training voor studenten die baat hebben bij herkennen en omgaan met (prestatie)druk en stress. Wat doet het met je brein en hoe ben je het de baas? Hoe organiseer je ontspanning en een goede planning?

Aandacht aub!
Werken met ADHD in de klas!

Een training voor docenten en ondersteuningsteams, Deze training is ontwikkeld in samenwerking met een CGT-psycholoog en studenten. Hoe ga je om met studenten met ADHD én wat doet dit met jou als docent in de klas.

Ervaringsdeskundigheid
in het onderwijs

Met InBegrepen is een samenwerking waarbij, via SAW'er, de ervaringsdeskundigen ,voor studenten, docenten en ander onderwijs- of ondersteunend personeel ingezet kan worden. Ervaringsdeskundigen zijn opgeleid om vanuit hun eigen ervaring ruimte te maken voor het verhaal, en de kennis van anderen. Denk ook aan workshops of casuistiek.

Verbindend gezag, geweldloos verzet

Deze training is voor onderwijsteams.
Geweldloos verzet in het onderwijs is een aanpak waarbij docenten kalm en standvastig reageren op onacceptabel gedrag, zonder zelf in conflict te gaan of te escaleren.
Er komen praktische interventies vanuit de methode aan bod. (In ontwikkeling)

Brein 2.0
Even Geduld A.U.B.

Deze training is ontwikkeld in samenwerking met een neurobioloog. De training is voor onderwijsteams, ouders en studenten en biedt inzicht in de werking van het brein in de adolescentenfase.

In samenwerking met