



NIEUWSBRIEF Re-Fit september 2021

Kwart jongvolwassenen nu psychisch ongezond
Meer jongvolwassenen dan voorheen kampten in de eerste helft van dit jaar met psychische problemen, blijkt uit recente cijfers van het Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS aug 2021) .

Positieve Gezondheid

Zoals hierboven te lezen blijkt uit recent onderzoek dat een kwart van de jongeren "psychisch ongezond" is...

Vanuit het gedachtegoed van Positieve Gezondheid zou de bovenstaande krantenkop er ook anders kunnen uitzien: **Driekwart van de jongeren heeft de moeilijke periode van Corona met een dosis veerkracht goed weten te doorstaan!**

We weten ook hoe we jongeren kunnen helpen die zich toch psychisch ongezond voelen. Dat is niet met de boodschap dat ze psychisch ongezond zijn, dat er iets mis met hen is. Door hen aan te spreken op veerkracht en hun vermogen om met lastige situaties en emoties te leren omgaan, kunnen zij positieve gezondheid ervaren.

We kunnen niet alles voor hen weghalen, maar we kunnen hen wel helpen om hun veerkracht te vergroten en (weer) te leren groeien, stap voor stap.

Verhalenbundel Zie Mij Nu Nu ook met verhalen van professionals

Het afgelopen jaar is er een verhalenbundel verschenen: Zie Mij Nu. Hierbij hebben jongeren hun ervaringsverhalen gedeeld. Naast de papieren bundel is er een **website**

Op deze website vind je een serie verhalen over onbegrepen lichamelijke klachten, SOLK (Somatisch, Onvoldoende verklaarde, Lichamelijke Klachten) genoemd.

Naast de ervaringsverhalen van jongeren (een aantal van hen heeft het Re-Fit traject doorlopen), zijn er nu ook nieuwe verhalen toegevoegd van professionals.

Ook Re-fit trainers Linda Goldsteen en Hans Smits hebben **hun verhaal** gedeeld.

Re-Fit binnen de eigen school

Onze droom is dat elke school de jongeren met verzuim vroegtijdig kan signaleren en kan ondersteunen. Van curatief naar preventief! Wat is hiervoor nodig? Kennis over de doelgroep door interne scholing en training waardoor Re-Fit binnen de school geboden kan worden.

We gaven in de vorige nieuwsbrief aan, dat de schotten tussen onderwijs en zorg en de gelden die hiermee gemoeid zijn, belemmerend werken voor goede hulp aan jongeren. Wij blijven ons inzetten om actief te zoeken naar meer samenwerking en financieringsmogelijkheden, om tóch die extra ondersteuning in de school te kunnen bieden.

In schooljaar 2021-2022 krijgt elke school per leerling € 701,16 voor een eigen schoolprogramma. Met deze Nationaal Programma Onderwijs (NPO) gelden die door de overheid in september 2021 beschikbaar gesteld worden, is er op veel scholen meer ruimte om te bekijken wat nodig is. Scholen kunnen met deze gelden leerlingen en leraren helpen om leervertragingen en andere problemen door corona aan te pakken.

Op een aantal middelbare scholen in Zwolle en Kampen wordt er nu gebruik gemaakt van het aanbod van Re-Fit.

Zo wordt er op het Greijdanus in Zwolle een Train de Trainer Re-Fit voor alle zorgmedewerkers geboden, gevolgd door een implementatietraject. De school leert hierin om vroegtijdig te signaleren en zelf passende ondersteuning te bieden en een groepstraining vorm te geven. Daarmee halen ze de training binnen de eigen school en kunnen zij daar de komende jaren zelf mee aan de slag! Een hele mooie ontwikkeling waar ook wij blij mee zijn!

De Pieter Zandt scholengemeenschap in Kampen heeft een zorgklas opgezet voor jongeren met internaliserende problematiek en schoolverzuim (Qura). Samen met de gemeente en Eleos zijn zij een pilot gestart waarin zorg en onderwijs samenwerken. Er wordt onderzoek gedaan naar de effecten van deze integrale aanpak. De docent van de Qura is opgeleid als Re-fit trainer en biedt samen met de Re-fit trainer van expertiseteam de Twijn een module tijdens het middagprogramma van de Qura, waarin er vanuit het gedachtegoed van Positieve Gezondheid praktische workshops Re-Fit worden geboden.

ZORG OM (MENTALE) GEZONDHEID IN HET VOORTGEZET ONDERWIJS



Scholingsaanbod Post- Covid 19

Expertiseteam de Twijn heeft een scholingsaanbod ontwikkeld die zorgcoördinatoren, mentoren en teamleiders scholing geeft op het gebied van de (mentale) gezondheid van jongeren. Er worden diverse praktische workshops geboden met thema's als verzuimpreventie, mentale gezondheid en Positieve Gezondheid.

Voor meer informatie over dit scholingsaanbod kunt u verder lezen in [Scholingsaanbod Post Covid 19 De Twijn.pdf](#)

Neem na het lezen gerust contact met ons op voor mogelijkheden.

Train de Trainer Re-Fit

Ben jij zorg- of onderwijs professional, begeleid je jongeren in het voortgezet onderwijs of MBO en zou je meer handvatten willen hebben voor het begeleiden van jongeren die last hebben van klachten? Dan is deze training voor jou interessant.

Na het volgen van de trainerscursus heeft de cursist kennis en expertise met betrekking tot jongeren met SOLK in het onderwijs en kan de cursist zelfstandig in zijn/eigen doelgroep Re-Fit trainingen verzorgen.

Naast deze twee dagen is er een coaching traject met intervisie momenten, ter ondersteuning van het opzetten en implementeren van een Re-Fit training.

Trainingsdata:
Zwolle: 29 september 2021 en 3 november 2021 (bijna vol)

Voor meer informatie of alvast een reserveringsaanmelding in het voorjaar van 2022? Mail ons op re-fit@detwijn.nl

Nieuwe Re-fit training!

Op donderdag **25 november 2021** starten we weer met een **groepstraining Re-Fit**. De training is bedoeld voor leerlingen binnen het VO en MBO die last hebben van onvoldoende verklaarde klachten zoals pijn of vermoeidheid.

Het is nog mogelijk om leerlingen aan te melden tot **25 oktober 2021**. De volgende intakemomenten hebben we hiervoor gereserveerd:

16 september van 10.00 uur - 13.00 uur

12 oktober van 11.00- 17.00 uur

28 oktober van 10.00- 13.00 uur

Bezoek onze website voor meer informatie en vindt onderaan ook de button voor het aanmeldformulier.

Afronding Re-Fit training, uit de praktijk

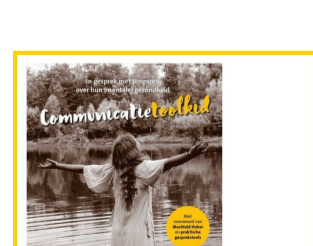
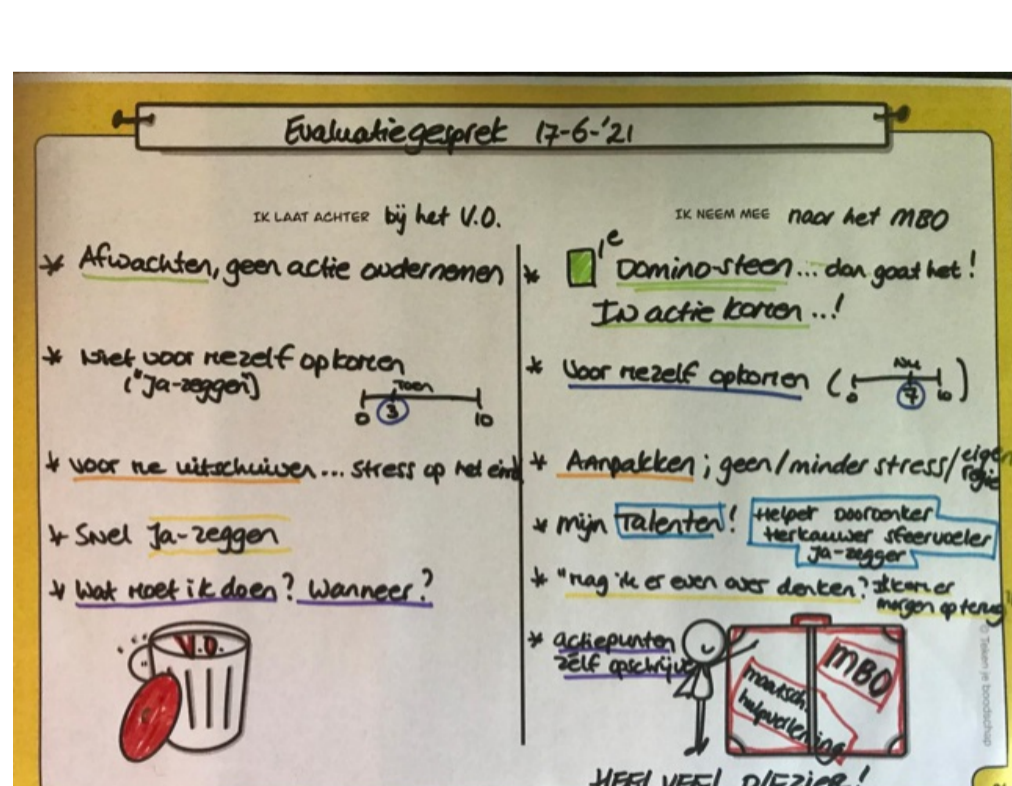
Het nieuwe schooljaar is alweer van start, maar we blikken nog even terug op het afgelopen schooljaar, waarin we verschillende jongeren hebben begeleid richting een diploma.

Zo hebben we met één van de jongeren een terugblik op de begeleidingsperiode gedaan aan de hand van een gesprekstekening. Hij heeft in zijn laatste jaar in het VO samen met Re-Fit mooie stappen gezet en tevens zijn felbegeerde diploma behaald.

Er is (online) samen gesproken over:

- Wat laat je maar wat graag achter je in het VO?
- Welke geleerde tools neem je graag naar je nieuwe opleiding in het MBO?

Op deze wijze keken we samen met zijn ouders terug op een mooi (groe)proces en tevens heeft hij hiermee een kleine visuele reminder voor als hij het (weer) even nodig heeft...



Positieve Gezondheid en Re-Fit

We zien dat er steeds meer mensen in het onderwijs geïnteresseerd zijn in Positieve Gezondheid. En dat is natuurlijk mooi! Zeker als je jongeren ziet bij wie een goede gezondheid niet vanzelfsprekend is.

Misschien ben je op zoek naar meer informatie hierover. Hoe ga je nou het gesprek met jongeren hierover aan? Wat zijn de achtergronden?

Het boek [Communicatietoolkit](#) is dan echt een aanrader! Het is geschreven door Re-Fit trainers Ester van den Hul en Linda Goldsteen. Zij werken in het onderwijs met jongeren, vanuit de visie van Positieve Gezondheid. Het boek biedt vanuit een theoretisch kader, praktische gesprekstools. Om direct te bestellen klik [hier](#).

[Aanmeldingsformulier leerling Re-Fit](#)

[Website Communicatietoolkit](#)

Deze e-mail is verstuurd aan [{{email}}](#). • Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich [hier afmelden](#). • U kunt ook uw [gegevens inzien en wijzigen](#). • Voor een goede ontvangst voegt u cblom@detwijn.nl toe aan uw adresboek.

