



NIEUWSBRIEF Re-Fit juni 2021

Re-Fit is een aanbod gericht op het voorkomen van schoolverzuim. Het aanbod is bedoeld voor leerlingen van 14 tot en met 20 jaar met onvoldoende verklaarde klachten zoals pijn of vermoeidheid. Lichamelijke beperkingen als gevolg van vermoeidheid of chronische pijn zijn een veel voorkomende oorzaak van schoolverzuim.

Door de Re-Fit methode krijgen leerlingen inzicht in hun eigen mogelijkheden en in de factoren die hun klachten in stand houden. Leerlingen leren stap voor stap om hun vicieuze cirkel van klachten te doorbreken.

Met Re-Fit krijgen jongeren regie over hun eigen leven en kunnen zij (weer) meer naar school.



**Onderwijscentrum de Twijn
Regionaal
Expertiseteam**

**Dr. Hengeveldweg 2
8025 AK Zwolle**

**T: 038-4535506
M: re-fit@detwijn.nl
W: www.detwijn.nl**

"Ik voelde me echt niet oké en als ik dan de foto's op Social Media zie van iedereen die gezellig met elkaar aan het feesten is... en ik zit hier een beetje depressief op mijn bed, dan voel ik me alleen maar beroerder.

Dan denk ik: "Wat heb ik voor leven? Wat doe ik verkeerd? En waarom zij wel en ik niet?"

Integrale aanpak SOLK

Evaluatie subsidieplan

Expertiseteam de Twijn heeft vanuit een subsidie van de provincie Overijssel van 2018 tot aan heden hard gewerkt aan een integrale aanpak SOLK.

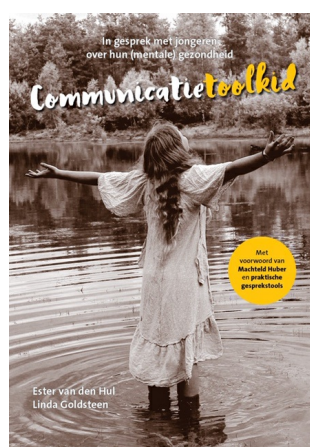
Donderdag 3 juni jl. heeft Gedeputeerde Dhr. Roy de Witte een werkbezoek gebracht waarbij de opbrengsten en wensen gepresenteerd werden. Twee leerlingen vertelden hun positieve ervaring met Re-Fit.

Ook het onlangs verschenen boek "CommunicatieToolkid", wat mede mogelijk is gemaakt door de provincie, werd door Ester en Linda overhandigd aan de Gedeputeerde van de Provincie Overijssel.

Wij kijken terug op een mooi proces waarin we steeds meer samen werken naar een integrale aanpak rondom jongeren met SOLK.

We zijn er echter nog niet. We zien helaas dat de schotten tussen onderwijs en zorg en de gelden die hiermee gemoeid zijn, belemmerend werken voor goede hulp aan jongeren. Wij blijven ons daarom inzetten om actief te zoeken naar meer samenwerking, te kijken naar wat de jongere nodig heeft om vanuit een integrale aanpak ondersteuning te bieden.

Met deze onderstaande korte vlog, krijgt u een goede indruk van dit Provinciale werkbezoek op het Pieter Zandt College in Kampen.



Een bredere kijk op gezondheid

Mensen zijn niet hun aandoening. Toch focussen we daar in de zorg doorgaans wel op. Alle aandacht gaat uit naar hun klachten en gezondheidsproblemen, en hoe we die kunnen oplossen. Positieve Gezondheid kiest een andere invalshoek. Het accent ligt niet op ziekte. Maar op mensen zelf, op hun veerkracht en op wat hun leven betekenisvol maakt.

Positieve Gezondheid is een bredere kijk op gezondheid, uitgewerkt in zes dimensies. Met die bredere benadering draag je bij aan het vermogen van mensen om met de fysieke, emotionele en sociale uitdagingen in het leven om te gaan. En om zo veel mogelijk eigen regie te voeren. Vanuit het expertiseteam zien wij de meerwaarde van het gedachtegoed van positieve gezondheid binnen het onderwijs.

Re-fit trainers Ester van den Hul en Linda Goldsteen hebben vanuit deze bredere benadering het boek Communicatietoolkid geschreven.

Communicatietoolkid helpt (aankomende) professionals met jongeren in gesprek te gaan over hun (mentale) gezondheid.

Niet alleen volgens een theoretisch kader, maar vooral met een aantal praktische tools in de hand, die jongeren prikkelen en activeren om zelf aan de slag te gaan. Het boek is geschreven om vanuit het principe van positieve gezondheid anders te kijken naar jongeren en hun klachten.

Belang van aandacht voor mentale gezondheid

De scholen zijn helemaal of voor een deel gesloten (geweest) vanwege de corona maatregelen. Dat veel jongeren inmiddels weer naar school kunnen en dat er extra geld vrijgemaakt is door de overheid voor het onderwijs is goed nieuws.

Maar laten we de inhaalslag niet beperken tot wiskunde, Nederlands, toetsen, examens enz.

Laten we nu – maar ook na deze pandemie – structureel aandacht hebben voor het mentaal welbevinden van leerlingen. En als een leerling beter in zijn vel zit, kan hij beter leren en functioneren. Op school en daarbuiten.

Nieuw!

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 zie [Scholingsaanbod Post Covid 19 De Twijn.pdf](#)

Nieuwe Re-fit training!

Voor jongeren hopen we nog voor de zomervakantie te starten met de Re-Fit training! Op **30 juni 2021** willen we starten met een kennismakingsbijeenkomst en in het nieuwe schooljaar starten we dan met de groepstraining. Het is nog mogelijk om leerlingen aan te melden, aanmelden kan nog vóór 24 juni.

Bezoek onze website voor meer informatie en het aanmeldformulier <https://www.detwijn.nl/training-re-fit-voor-jongeren>

Train de Trainer Re-Fit

In het nieuwe schooljaar is het mogelijk om een train de trainer Re-Fit te volgen. 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:

Woensdag 29 september 2021

Woensdag 3 november 2021

Voor meer informatie en aanmelding, mail ons op re-fit@detwijn.nl

[Aanmeldingsformulier leerling Re-Fit](#)

[Website Communicatietoolkid](#)

Deze e-mail is verzonden naar {{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 cbloem@detwijn.nl toe aan uw adresboek.

