HELDER OP SCHOOL

AANBOD HELDER OP SCHOOL

Trimbos instituut

HELDER OP SCHOOL

AANBOD HELDER OP SCHOOL

Helder op School biedt een integrale aanpak om leerlingen of studenten bewust te maken van de gevolgen van middelengebruik en overmatig gamen.

Helder op school doet dit door hen te stimuleren niet te roken of drinken, geen drugs te gebruiken en niet te veel te gamen of gebruik te maken van sociale media. In deze folder leest u ons aanbod op het gebied van educatie en ondersteuning voor ouders/opvoeders én alles op het gebied van deskundigheidsbevordering van het schoolpersoneel.

HELDER
OP SCHOOL

EDUCATIE

HELDER OP SCHOOL

FRISSE START

De 4 lessen van *Frisse Start* sluiten aan op de overgang van de basisschool naar het voortgezet onderwijs en hebben als uitgangspunten: het stellen en vasthouden van een sociale norm (de meeste brugklassers drinken, roken en blowen niet) en het maken van keuzes in het hier en nu en in de toekomst.

- vmbo | havo | vwo
- leerjaar 1
- lesboekjes
- docententraining
- oudercomponent
- 2,50

IN CHARGE

Jongeren werken gedurende 4 lessen aan het versterken van zelfcontrole en trainen hun wilskracht. Hierdoor zijn ze beter in staat verleidingen zoals middelengebruik te weerstaan. Zij gaan met behulp van de *7Days Challenge* app gedurende een week aan de slag om hun verleidingen te weerstaan. *In Charge* is goed te combineren met de ouderavond *Help, mijn kind gaat uit!*

- havo | vwo | mbo (niveau 3/4)
- leerjaar 4 | 5 | 6 (mbo 1 | 2)
- digitale docentenomgeving
- docententraining
- 15 euro per klas

EDUCATIE

SAMEN FRIS

Parallel aan de 4 lessen voor leerlingen biedt dit programma ondersteunende informatie aan ouders/opvoeders. Leerlingen worden bewust gemaakt van de risico's van roken, alcohol drinken en blowen en er is aandacht voor een gezonde sociale norm. Ouders krijgen handvatten om het gesprek met hun kind aan te gaan over deze onderwerpen. Hiervoor is een speciale ouderwebsite ontwikkeld en ontvangen ouders na elke les een mail met relevante opvoedtips.

- vmbo | havo | vwo
- leerjaar 2 | 3
- oudercomponent
- digitale docentenomgeving
- docententraining
- 25 euro per klas

SMOKEFREE CHALLENGE

Voor deze klassikale niet-rokenwedstrijd van 6 maanden beloven leerlingen een half jaar niet te (beginnen met) roken. Tijdens de Challenge zijn lessuggesties beschikbaar. Aan het eind van deze wedstrijd werken de leerlingen samen aan een creatieve opdracht en maken hiermee kans op leuke prijzen. Deelname aan de Challenge is juist geschikt voor leerlingen die niet roken!

- pro | vmbo | havo | vwo
- leerjaar 1 | 2
- gratis

HELDER OP SCHOOL

BE WISE, THINK TWICE

Dit lesprogramma draait om bewustwording van de risico's van alcohol en drugs én een gezonde houding ten opzichte van middelen(gebruik). In 4 lessen staat het opdoen van kennis rondom middelen en het voeren van gesprekken in de klas aan de hand van videofragmenten centraal.

- vso cluster 4
- leerjaar 1 | 2
- docententraining
- digitale docentenomgeving
- 15 euro per klas

COOL ZEKER!

Deze interactieve theatervoorstelling creëert bewustwording en maakt middelengebruik bespreekbaar. Ook neemt de voorstelling drempels weg voor het zoeken van hulp. *Cool Zeker!* kan ter versterking van het lesprogramma *Be wise, think twice* worden ingezet.

Het volgen van een deskundigheidsbevordering *Signaleren en begeleiden*, die verzorgd wordt door een preventiewerker van de ggd of instelling voor verslavingszorg, is een vast onderdeel van dit programma.

- vso cluster 4
- vanaf leerjaar 2
- contact ggd/ivz

EDUCATIE

LESBOEK ALCOHOL / LESBOEK ROKEN

Lesboek Alcohol | Leerlingen leren over de effecten en de risico's van alcohol op de korte en lange termijn. Daarnaast is er aandacht voor groepsdruk en NIX18.

Lesboek Roken | Leerlingen leren over de effecten en de risico's van roken op de korte en lange termijn. Daarnaast is er aandacht voor groepsdruk en een gezonde sociale norm.

pro | leerjaar 1 | 2 | lesboekjes | 2,50 per lln

TRIP EEN REIS DOOR DE WERELD VAN DRANK EN DRUGS

Voer met dit bordspel spelenderwijs en op een laagdrempelige manier een gesprek met leerlingen over alcohol en drugs. Het spel kan gespeeld worden met 3-7 spelers en bijvoorbeeld ingezet worden tijdens een voorlichtings-bijeenkomst over alcohol en drugs.

pro | vso | alle leerjaren

webshop | 54,99

HELDER OP SCHOOL

OUDERS

HELDER OP SCHOOL

OUDERAVOND GAMEN EN SOCIALE MEDIA

Tijdens deze avond krijgen ouders/opvoeders inzicht in problematisch gamegedrag en sociale mediagebruik. Maar zien zij ook hoe leuk games en sociale media kunnen zijn. Daarnaast biedt de ouderavond handvatten aan ouders om het gesprek aan te gaan met hun kind. Tevens is er een ouderfolder beschikbaar om mee te geven na afloop van de avond. In deze folder staan de belangrijkste punten van de ouderavond en gerelateerde opvoedtips.

po | pro | vmbo | havo | vwo

contact ggd/ivz

OUDERAVOND HELP, MIJN KIND GAAT UIT?

Pubers van 15 jaar en ouder gaan steeds meer hun eigen weg en ook hun ouders/opvoeders komen daarmee voor nieuwe uitdagingen te staan. Deze ouderavond gaat over de risico's van het gebruik van alcohol en drugs tijdens het uitgaan. Ook wordt besproken hoe de ouder toch invloed kan hebben op het gedrag van het kind, juist op deze leeftijd.

havo | vwo | mbo (niveau 3/4)

leerjaar 4 | 5 | 6 (mbo 1 | 2)

contact ggd/ivz

OUDERS

FOLDER ALCOHOL, ROKEN, OPVOEDING

Tips voor ouders met opgroeiende kinderen
Als kinderen naar het voortgezet onderwijs gaan, verandert er veel in hun leven. Ze krijgen andere interesses en hun vriendengroep verandert. Ze zijn nieuwsgierig en willen experimenteren met van alles en nog wat. Alcohol drinken en roken horen daar soms ook bij. In deze uitgebreide folder lezen ouders/opvoeders hoe zij ervoor kunnen zorgen dat hun kind gezond opgroeit en wat zij eraan kunnen doen om te voorkomen dat hun kind alcohol gaat drinken of gaat roken. Deze folder is geschikt om uit te delen tijdens een ouderavond.

webshop

FOLDER LACHGAS

Wat is lachgas nou eigenlijk? Is het schadelijk? Deze ouderfolder geeft informatie over lachgas en het aangaan van gesprekken erover met het kind. Deze folder is geschikt om uit te delen tijdens een ouderavond.

webshop

HELDER OP SCHOOL

DESKUNDIGHEIDS-BEVORDERING

HELDER OP SCHOOL

TRAINING SIGNALEREN

Een leerling gaat zich opeens anders gaan gedragen, hij/zij wordt bijvoorbeeld baldadiger of gaat zich juist meer terugtrekken. Deze signalen kunnen wijzen op problematisch gebruik van alcohol of drugs of op problemen door te veel gamen.

Maar hoe stelt u vast dat de leerling echt een probleem heeft? Wanneer en hoe gaat u met een leerling in gesprek? En wat voor zorg biedt u de leerling vervolgens? Al deze zaken komen tijdens een *training Signaleren* aan bod.

contact ggd/ivz

E-LEARNING GAMEN EN SOCIALE MEDIA

Docenten of andere onderwijsprofessionals die meer willen weten over gamen en sociale media kunnen met deze e-learning aan de slag. Tijdens de cursus komt het signaleren en bespreekbaar maken van problematisch gamegedrag en sociale mediagebruik aan bod. Daarnaast gaat de e-learning in op gezond gebruik van gamen en sociale media en ook wat deze zo aantrekkelijk maakt voor jongeren.

DESKUNDIGHEIDSBEVORDERING

FACTSHEET LACHGAS

Misschien heeft u metalen patronen op het schoolplein zien liggen of erover in het nieuws gehoord, maar wat is het nou eigenlijk? Is het schadelijk? En hoe kunt u het gesprek met uw leerlingen en de ouders hierover aangaan? Deze factsheet geeft handvatten bij het opzetten van beleid en het aangaan van deze gesprekken.

webshop

HELDER OP SCHOOL

INTEGRALE AANPAK & BESTEL INFORMATIE

HELDER OP SCHOOL

INTEGRALE AANPAK

Helder op School raadt een integrale aanpak aan, waarbij structureel en planmatig ingezet wordt op educatie, omgeving (ouders), signaleren (o.a. deskundigheidsbevordering) en beleid. Wilt u op school aan de slag met de pijler beleid? Neem voor meer informatie contact op met uw lokale ggd of instelling voor verslavingszorg. Zij kunnen u goed ondersteunen bij het ontwikkelen van een helder middelenbeleid.

FOLDER HELDER OP SCHOOL EN DE 4 PIJLERS VAN MIDDELENPREVENTIE

In deze folder leest u alles over de 4 pijlers en hoe u als school een start kunt maken met het preventieprogramma Helder op School.

webshop

HELDER OP SCHOOL

BESTELINFORMATIE

Frisse Start, Samen Fris, In Charge en *Be wise, think twice* zijn alleen te bestellen na het volgen van een verplichte docententraining. Neem voor meer informatie contact op met uw lokale ggd of instelling voor verslavingszorg (ook voor *Smokefree Challenge*), of mail ons op helderopschool@trimbos.nl. De overige materialen kunnen besteld of gedownload worden via www.trimbos.nl/producten-endiensten/webwinkel

Meer informatie: www.helderopschool.nl

HELDER OP SCHOOL

Colofon

Tekst en uitgave
© 2020, Trimbos-instituut, Utrecht
Wilke Heijnen
Marianne Maat
Daniëlle Kriele-Boon

helderopschool@trimbos.nl
www.helderopschool.nl