

Op het Minkema College sta je er niet alleen voor. Er is altijd iemand bij wie je terecht kunt. Voor praktische hulp, voor begeleiding of voor een steuntje in de rug.

WIE WE ZIJN



VRAGEN OVER DE ZORG? NEEM CONTACT MET JE MENTOR OF ONS OP

Zorgcoördinator onderbouw:
mevr. Ingrid de Wit
i.dewit@minkema.nl

Zorgcoördinator bovenbouw:
mevr. Wilhelmine Berk
w.berk@minkema.nl

ZORGKAART
minkemacollege

Voor leerlingen op het
Minkema College, HAVO/VWO
2022-2023



minkemacollege

Op het Minkema college bieden we de volgende ondersteuning:

Heb je **dyslexie**? De taalcoaches zijn er om samen met jou te onderzoeken welke ondersteuning voor jou het beste is. In de brugklas geven taalcoaches de training *Dyslexiesleutels*, zodat je beter bent voorbereid op de gevolgen van dyslexie op de middelbare school.

Mail naar: taalcoach@minkema.nl

Ben je hoogbegaafd, maar heb je geen idee hoe je nou eigenlijk moet leren? Ging het leren eerst vanzelf, maar haal je nu ineens onvoldoendes? Geen nood, op school zijn er speciaal opgeleide **Talentbegeleiders** die weten hoe ze jou kunnen helpen.

Vind je het lastig om dingen te doen die buiten je comfortzone liggen of een nieuwe uitdaging aan te gaan? Denk je snel "dit lukt me toch niet"? Dan is de **Mindsettraining** misschien iets voor jou. Deze wordt door de schoolorthopedagoog gegeven en kan op ieder moment in het schooljaar starten.

Last van faalangst of examenvrees? Meerdere keren per jaar wordt de training '**Omgaan met spanningen**' gegeven op school.

Voor de bovenbouw worden ook 2 lessen '**Stress de Baas**' aangeboden in de aanloop naar een toetsweek toe. Via de mentor kun jij je hiervoor aanmelden.

Weet je niet zo goed hoe je je huiswerk moet aanpakken? Na het volgen van de training **Studie-skills** (6 weken) gaat dit vast een stuk beter!

Vind jij jezelf (te) passief of juist agressief in de verbale omgang met anderen?

De **assertiviteitstraining** "*No Prob, Ik kom voor mezelf op!*" is voor leerlingen uit de 1e en 2e klas en leert je op een assertieve manier voor jezelf op te komen.

We vinden het belangrijk dat het goed met je gaat, fysiek en mentaal. Gelukkig helpen de **GGD en de jeugdarts** ons daarbij. De GGD roept alle tweede- en vierdeklassers op voor een onderzoek en de jeugdarts wordt gevraagd om mee te denken wanneer het jou niet lukt om alle dagen naar school te komen.

Op www.jouwggd.nl kun je gratis en anoniem chatten met een jeugdarts of jeugdverpleegkundige. Op werkdagen van 14:00-22:00 en in het weekend van 18:00-20:00 staan zij klaar om jouw vragen te beantwoorden.

LEERLING BEGELEIDERS

Zit je ergens mee en vind je het lastig om dat met je mentor te bespreken? Je mag altijd zelf contact zoeken met de **leerlingbegeleiders**. Zij bieden een luisterend oor en kunnen met je meedenken over een vervolgstap of oplossing.

leerlingbegeleiders@minkema.nl

"Ik zit altijd in de stress voor een toets!"

"Ik vind het zo moeilijk om mezelf te motiveren voor school"

