

Meer Informatie OF aanmelden?

Voorwaarden voor deelname

- er is sprake van medisch onverklaarde klachten die leiden tot verzuim;
- de leerling en ouders accepteren de medische diagnose en vinden de klachten voldoende onderzocht;
- de leerling, ouders en school zijn gemotiveerd voor het programma;
- de leerling kan fysiek deelnemen aan de activiteiten zonder toename van de klachten;
- de leerling kan thuis opdrachten maken;
- de leerling functioneert minimaal 2 dagdelen per week in de onderwijspraktijk.

Er is geen deelname mogelijk als:

- er sprake is van ernstige psychopathologie;
- de leerling niet binnen een groep kan functioneren.

Cursusduur

2 dagdelen per week,
gedurende 14 tot 16 weken

Kosten

Op aanvraag

Vervoer

Leerlingen zorgen voor eigen vervoer

Onderwijscentrum de Twijn

Postbus 30190

8003 CD Zwolle

038-4535506

www.detwijn.com



RE-FIT

verzuim-
preventie
voor passend
onderwijs



STEUNPUNT
speciaal onderwijs Fryslân

de **Twijn**
ONDERWIJSCENTRUM



Re-Fit is een training gericht op het voorkomen van schoolverzuim. De training is bestemd voor leerlingen van 14 tot 20 jaar met lichamelijk onbegrepen klachten, zoals chronische pijn of vermoeidheid. Lichamelijke beperkingen als gevolg van vermoeidheid of pijn aan spieren of gewrichten zijn een veel voorkomende oorzaak van schoolverzuim.

Tijdens de training krijgt de leerling inzicht in wat hij/zij doet en aan kan. We streven ernaar om dat weer in balans te brengen. De leerling leert de vicieuze cirkel van klachten te doorbreken en richting te geven aan zijn/haar leven. De leerling krijgt inzicht in de factoren die de klachten in stand houden en leert daarvoor oplossingen te vinden. Het doel is het terugbrengen van schoolverzuim, zodat het reguliere schoolprogramma gevolgd kan worden.

Re-FIT

Ga jij voor Re-Fit?

De training bestaat uit 4 fases:

Acceptatie

In deze fase leren we elkaar kennen. Aan het eind van deze fase weet je wat je van de training kunt verwachten en wat wij van jou verwachten. Daarnaast is het duidelijk voor je waardoor je klachten in stand gehouden worden, op lichamelijk, sociaal en psychologisch gebied. Voordat je verder gaat naar de volgende fase, tekenen we de werkovereenkomst.

Stabiliteit en rust

Je gaat je leven aanpassen en je zult daarom ook bepaalde activiteiten af moeten zeggen. Je maakt een dagprogramma voor jezelf, waarin je activiteiten en rust afwisselt. Door het volgen van jouw dagprogramma komt er balans in 'wat je kunt' en 'wat je doet'. Hierdoor ga je niet meer over je grenzen heen en je lichaam krijgt tijd om te herstellen.

Verandering

Deze fase staat in het teken van opbouw. Aan het eind van deze fase ben je goed op weg met je persoonlijke doelen en merk je dat je lichaam steeds meer aan kan.

Integratie en toekomst

We kijken naar de toekomst en je maakt een plan om terugval te voorkomen. Aan het eind weet je hoe je toekomst eruit ziet, kun je benoemen wat je bij Re-Fit geleerd hebt en weet je wat je moet doen als het een periode minder goed met je gaat.

Herstellen van chronische pijn of vermoeidheid vraagt veel discipline van je. We verwachten dat je investeert in je herstel.

Doel

De leerling functioneert leeftijdsadequaat, zowel op school als in de vrije tijd. De leerling...

- gaat zelfstandig naar school;
- volgt het hele lesprogramma;
- maakt het huiswerk;
- onderhoudt eigen sociale contacten.

Hoe?

- de leerling volgt het programma gedurende 14-16 weken, 2 dagdelen per week;
- de training vindt plaats onder schooltijd;
- de training wordt gegeven door 2 coaches;
- elke week wordt 1 thema behandeld;
- naast theorie komen veel oefeningen en opdrachten aan bod, waarbij de leerlingen van en met elkaar kunnen leren.

Voor wie?

Re-Fit is voor leerlingen tussen de 14 en 20 jaar met lichamelijk onbegrepen klachten, waarbij sprake is van...

- (dreigend) verzuim als gevolg van chronische pijn en/of vermoeidheid;
- problemen in cognitieve en sociaal emotionele ontwikkeling;
- een vermindering van sociale contacten;
- een spiraal van inactiviteit;
- handelingsverlegenheid van de leerling, ouders en/of school.