

CALANDLYCEUM

PROTOCOL VOOR LEERLINGEN DIE IN THUISQUARANTAINE ZITTEN.

Beste leerling,

Van de ene op de andere dag niet meer naar school. Verplicht thuis blijven! Het coronavirus heeft op iedereen in Nederland invloed.

Wij hebben een aantal onderwerpen op een rijtje gezet, voorzien van tips, om jullie te helpen deze periode thuis zo goed mogelijk door te komen.

DIGITAAL CONTACT – CHECKLIST

- Beschik je over een device?
- Werkt jouw schoolaccount / mail? Bekijk je mail dagelijks.
- Staan de Studiewijzers in SOM? Bekijk SOM dagelijks.
- Geef bij je mentor aan welke 2 klasgenoten jouw buddy's zijn om te zorgen voor de online verbinding.

Neem contact op met jouw mentor als je niet overal 'JA' op kunt antwoorden.

RITME

- Zorg voor een goed dagritme. Sta op je normale tijd op, kleed je aan en maak op vaste momenten je schoolwerk. Neem voldoende pauzes en wissel vakken af.
- Werk volgens je rooster zodat je alle lessen digitaal kunt volgen.
- Gebruik je vrije tijd om te ontspannen. Beweeg regelmatig en ga ook naar buiten voor een frisse neus (zolang dat mag volgens de RIVM richtlijnen).
- Vergeet **je klasgenoten** niet. Bel, mail etc. stel vragen over school, help elkaar!

ONZEKERHEID

- Als je je zorgen maakt over een ziek familielid of je hebt stress. Trek aan de bel! Praat met je ouders, vrienden, familie.
- Schoolwerk onduidelijk? Neem contact op met je docent of mentor.
- Maak gebruik van de weekplanner. Zet ook je vrije momenten erin. Bespreek dit met je ouders, zij kunnen bijvoorbeeld helpen met overhoren.

MENTOR

- Je maakt wekelijks een planning en bespreekt deze met je mentor. Zorg ervoor dat jullie twee keer per week contact hebben en doe dit op vaste dagen en tijdstippen. Bespreek wat goed gaat en wat niet! **De zorgcoördinator** kan worden ingezet als het niet goed met je gaat en je mentor en jij er samen niet uitkomen.
- Ben je door ziekte niet in staat om de online lessen te kunnen volgen, meld je dan officieel ziek: verzuim@calandlyceum.nl