

**WEES JEZELF
ER ZIJN AL
ZOVEEL ANDEREN**

Loesje

KEEP
CALM



BEE
AWESOME!

ALS DE TIJD VLIEGT

VLIEG MEE

Loesje

VERTROUWENSPERSOON

Wanneer je contact hebt met hulpverleners (vb. bij een gesprek met je consulent, of JR, of als je met je ouders en Ter Heide samen zit), mag je steeds iemand mee nemen die je vertrouwt en waar jij je goed bij voelt. Deze persoon is een 'vertrouwenspersoon' en zal je steunen waar het kan.

Deze persoon mag niet om het even wie zijn:

- ⇒ Hij/Zij moet meerderjarig zijn
- ⇒ Hij/Zij moet een uittreksel uit het strafregister kunnen voorleggen
- ⇒ Hij/Zij mag ook niets te maken hebben met de hulp die je nu krijgt (vb. je mama of IB kan dat niet zijn)

Soms hebben je ouders andere belangen dan jij. In dat geval is het zeker belangrijk dat je steun krijgt van een vertrouwenspersoon die samen met jou opkomt voor jouw belangen!

NA TER HEIDE

Indien je kledij, spullen of ander persoonlijk materiaal vergeet mee te nemen na je verblijf in Ter Heide, heb je gedurende 2 maanden na je vertrek de tijd om telefonisch of schriftelijk een afspraak te maken om de vergeten spullen te komen afhalen. Doe je dat niet, dan worden de spullen automatisch eigendom van Ter Heide.

Niemand komt op bezoek de eerste twee maanden na zijn verblijf hier in Ter Heide. We vragen je om eerst een afspraak te maken als je op bezoek wil komen.

INHOUDSTAFEL

Inhoudstafel	p. 3
Welkom	p. 4
Personeel	p. 5
Roken	p. 6
Drank	p. 7
Drugs	p. 9
Kamer—en bagagecontrole	P. 9
Muziek	p. 9
Spelcomputers en laptop	p. 10
Ziek zijn	p. 11
Televisie	P.12
Muziek	p. 12
Kledij	p. 13
Hygiëne	p. 14
Maaltijden	p. 15
Kamermoment	p. 16
Opstaan en Slapengaan	p. 17
Huishoudelijke Taken	p. 18
Snoepen	p. 20
Religie	P. 20
Telefoon en internet	p. 21
Bezoeken	p. 23
Gedrag	p. 24
Agressie	P. 24
Schoolgangers	p. 24
TAVA	p. 25
Ontvluchting / Te laat komen	p. 25
Koppeltjes	p. 25
Briefing / Teamvergadering	p. 26
Klachten	p. 27
vertrouwenspersoon	p. 28
Na Ter Heide	p. 28

WELKOM

Welkom in ons centrum. Samen leven met zoveel verschillende jongeren en begeleiders is geen gemakkelijke opdracht. Het is dan ook noodzakelijk enkele leefregels vast te leggen, zodat het samenleven vlot verloopt. In deze bundel vind je de leefregels voor de jongeren van 'De Opstap'. De jongeren van 'De Opstap' zijn de +12-jarigen binnen ons centrum. 'De Boomhut' is de leefgroep voor de kinderen tot 12 jaar. De dagstructuur verschilt voor beide groepen, maar de leefregels blijven dezelfde.

We weten dat deze bundel veel informatie bevat. We verwachten dan ook niet dat je onze werking en leefregels in één dag kent. Bewaar deze bundel op een zichtbare plaats op je kamer en kijk er regelmatig in. Stel vragen aan de begeleiding indien je twijfelt.

We wensen je alvast, voor nu en voor altijd, het beste toe.

Het team van Ter Heide.

**COMPUTERS
ZET JE UIT**

**MENSEN
HEET JE WELKOM**

Loesje

Postbus 1046
6801 BA Arnhem
www.loesje.nl

KLACHTEN

Soms kan het gebeuren dat je het niet eens bent met de dingen die gebeuren in Ter Heide.

Zo kan het zijn dat iemand van de begeleiders iets doet wat jij niet leuk vindt, of wil je graag een extra gesprekje over hoe het met je gaat. Het kan zijn dat je het eten niet lekker vindt of dat je boos bent omdat je kamer niet altijd proper is. Wanneer dit het geval is, dan heb je EEN KLACHT.

Deze klacht maakt je soms boos of verdrietig en je weet niet altijd goed wat je hiermee moet doen. Het is belangrijk dat je je klacht tegen iemand van de begeleiding vertelt. De begeleiding zal dan samen met jou over je klacht praten en op zoek gaan naar een antwoord op je klacht. We gaan ervan uit dat je je klachten zoveel mogelijk vertelt tegen de begeleiding. Als er geen antwoord wordt gevonden op je klacht dan kan je jouw klacht samen met de begeleiding opschrijven.

In de Opstap verwachten we dat je jouw klacht(en) in "het klachtenschriftje" schrijft.

De begeleiding verzamelt voor het groepsoverleg alle klachten.

De klachten die in "het klachtenschriftje" staan worden overlopen tijdens het groepsoverleg en er wordt geprobeerd om een antwoord, oplossing te geven. Heb je tijdens het groepsoverleg nog een mondelinge klacht dan vragen we dat je deze klacht in het schriftje opschrijft. Deze klacht(en) worden dan op een volgend groepsoverleg besproken. Alle klachten van het klachtenschriftje worden op de begeleidersinterview besproken. Op het volgende groepsoverleg geeft de begeleiding dan een antwoord op jouw klacht(en).

Als een klacht regelmatig (2-3 maal) voorkomt, bespreekt de begeleiding dit ook met de andere leden van ons team en de directie. Zij proberen dan naar een oplossing te zoeken. Als je een klacht hebt die voor de directie is bedoeld kan je aan de begeleiding vragen om samen een klachtenformulier in te vullen. Dit wordt dan aan de directie bezorgd. De directie zal dan met jou een gesprek hebben over je klacht.

Om dit wat in het oog te houden, hebben we enkele regels:

- We hebben een jongens en een meisjes verdiep. Het is strikt verboden om op elkaars verdiep en kamer te komen.
- We zoeken geen fysiek contact met elkaar op. Dit houdt in dat je recht zit in de zetel, van elkaar afblijven, ...
- Geen 'seksuele' handelingen zoals knuffelen, kussen, vrijen,...

Daarnaast tolereren we in Ter Heide, wat met een moeilijk woord noemt, (seksueel) grensoverschrijdend gedrag NIET. Wat jij leuk vindt, kan voor een ander vervelend overkomen. Wat jij doet, heeft altijd gevolgen voor een andere. Ook al zegt of toont de andere niet dat hij/zij iets niet leuk vindt, kan wat jij doet over de grens van de ander gaan.

We vinden het in Ter Heide dus heel belangrijk dat iedereen zich veilig voelt. Daarom gaan we streng toekijken dat niemand over elkaars (seksuele) grenzen gaat. Dit kan heel onschuldig zijn. Zelfs voor het plezier eens lachen met iemand, kan al iemand kwetsen. Het is dus heel belangrijk dat iedereen hier respect heeft voor elkaar!

Als we één van bovenstaande dingen zien, trekken we aan de alarmbel: De directie, je ouders en de jeugdrechter of consultant worden op de hoogte gebracht. Er wordt dan bekeken wat er gebeurd is en wat de gevolgen zullen zijn.

BRIEFING/TEAMVERGADERING

Iedere avond noteert de begeleiding de gebeurtenissen van die dag. 's Morgens komen de directeur, de hoofdopvoeder, de trajectbegeleider, een gezinsbegeleider, een psychologe en de opvoeder van de nacht samen om de dag voordien te overlopen en te bespreken. We noemen dit de briefing.

Iedere dinsdag komen alle opvoeders, de trajectbegeleider, psychologen en gezinsbegeleiders samen voor de teamvergadering. Hierop worden afspraken gemaakt met betrekking tot de aanpak van jongeren die probleem gedrag stellen.

PERSONEEL

Het team bestaat uit:

- De directeurs: Marjan Verheyen en Maarten Peeters
Zij dragen de algemene verantwoordelijkheid.
- De administratief bedienden: Tamara & Magda & Marc
Zij verzorgen de administratie van de voorziening.
- De psychologen: Cathérine, Nele en Sofie
Bij hen kan je, mits een afspraak, steeds terecht met je zorgen. Zij nodigen je zelf wekelijks uit om met hen te komen praten.
- De gezinsbegeleiders: Sandra, Linda & Lieke
Zij onderhouden de contacten met de ouders en de verwijzende instantie (Comité Bijzondere Jeugdzorg (CBJ) of Jeugdrechtbank (JRB)). Met hen kan je praten over de situatie thuis, wanneer en hoe je contacten kan leggen met ouders, familie, vrienden. Ook over je toekomstmogelijkheden kan je met hen praten.
- De trajectbegeleider: Nele
Zij begeleidt de mini-teams en zorgt ervoor dat de vergaderingen in goede banen worden geleid.
- De leefgroep-begeleiders: Ann V, Myriam, Mia, An B., Tom, An, Jorijn, Wendy, Ruth en Laura.
Zij begeleiden jullie 24 uur op 24. Één van hen zal ook je individueel begeleider (IB) zijn. Deze regelt ook alle contacten met je school.
- Het keukenpersoneel: Annie en Solange
Iedere dag zorgen zij voor de maaltijden.
- De nachtbegeleiding: Ann, Yolanda en Davina
Zij wassen/strijken en herstellen je kledij. Zij poetsen het huis. Dit doen ze 's nachts, wanneer iedereen slapt. Zo kunnen ze ook een oogje in het zeil houden dat iedereen een rustige nachtrust heeft.
- De onderhoudsman: Geert
Alles wat stuk raakt, wordt door hem hersteld. Hij zorgt ook voor het algemene onderhoud van alle materialen en gebouwen.

4.ROKEN

Algemene afspraken:

- ° Roken kan **vanaf 16 jaar**, mits toestemming van de ouders. Dit wordt afgesproken op de intake. De afspraken die gemaakt worden tijdens de intake, gelden voor je gehele verblijf in Ter Heide.
- ° Roken is zeer schadelijk voor de gezondheid, in het bijzonder voor de longen en voor hart -en bloedvaten. We kiezen ervoor om je op een verantwoorde manier te leren omgaan met roken. Daarom leggen we geen beperkingen op, tenzij het rookgedrag escaleert tot kettingroken of roken tijdens ziekte (waardoor de genezing wordt gehinderd). In deze gevallen grijpt de begeleiding in door een maximum op te leggen. Uiteraard kan je maar zoveel sigaretten kopen als je zakgeld hebt.
- ° **Sigaretten en aanstekers** worden bij aankomst in Ter Heide omwille van de brandveiligheid **in bewaring gegeven** bij de begeleiding. Indien je een sigaret wil roken, kan je één vragen aan de begeleiding. De aansteker wordt onmiddellijk teruggegeven na het aansteken van de sigaret.
- ° Er mogen **geen sigaretten en aanstekers rondslingeren of achter gehouden worden**. Er volgen sancties indien personeel van Ter Heide hierop overtredingen merkt.
- ° Sigaretten uitdelen is op eigen verantwoordelijkheid. Wij raden je aan dit niet te doen. De kans bestaat immers dat je er geen terug krijgt of dat de andere daar misbruik van maakt. De begeleiders komen er dan niet tussen. Wel kijken we streng toe als je iemand onder druk zet sigaretten te geven of als je een handeltje opzet en sigaretten begint te verkopen.

TAVA

Het kan gebeuren dat je het vreselijk moeilijk krijgt met jezelf, dat je ontzettend kwaad wordt en jezelf of anderen gaat pijn doen. In dat geval gaan wij eerst proberen je rustig te krijgen door met je te praten. Lukt dit niet dan stellen we voor dat je even uit de groep gaat. Bijvoorbeeld naar je kamer tot je rustig bent.

Lukt dit nog niet dan vragen wij je om zelf naar de TAVA te gaan. Ben je hiertoe niet bereid, dan word je naar de TAVA gebracht. De begeleiding controleert regelmatig of je terug rustig wordt (in de rustruimte boven kijken we door het gaatje in de deur. In de Rustruimte beneden hangt een camera, waarmee we kunnen kijken of je rustig wordt). Wanneer dit het geval is, kan je naar je kamer. Op het moment zelf wordt bekeken wanneer je terug in de groep kan.

ONTVLUCHTING/ TE LAAT KOMEN

Sommige jongeren lopen weg uit ons centrum. Wij verwittigen dan onmiddellijk de politie. Ook je ouders en de consulent worden op de hoogte gebracht. Als je bij terugkomst niet rustig bent, ga je een tijdje naar de TAVA om daar rustig te worden. Eveneens volgt er een sanctie bij iedere ontvluchting (dezelfde als bij 'te laat komen').

Er volgen ook sancties wanneer je niet tijdig terugkeert na school/weekend/afpraak naar Ter Heide. De tijd die je te laat was, moet je dubbel op je kamer. Tijdens de periode die je op je kamer moet blijven, moet je je gsm afgeven. Je moet ook een verslag schrijven over de reden van te laat komen en waar je al die tijd was. Verdere sancties kunnen individueel bepaald worden.

KOPPELTJES

In Ter Heide is het niet mogelijk om met iemand 'een koppeltje' te zijn. Dat is soms niet makkelijk, zeker niet omdat we hier met jongens en meisjes van dezelfde leeftijd samenleven.

GEDRAG

We verwachten van iedereen een respectvolle manier van handelen. Zowel respect voor anderen, respect voor jezelf als respect voor materiaal zijn belangrijk.

We praten steeds op een beleefde manier. Schelden wordt niet getolereerd. We blijven ook van elkaar af. Fikfakken kan leuk zijn, maar hoort niet thuis in een leefgroep. Indien je anderstalig bent, hebben wij hier alle respect voor. Voor de goede gang van zaken vragen wij je echter om met de groepsgenoten en met het personeel in het Nederlands te praten. Op deze manier wordt iedereen betrokken en ontstaan er geen misverstanden.

AGRESSIE

Agressie wordt in Ter Heide niet getolereerd! Dit geldt zowel naar begeleiding, andere jongeren als naar materiaal. Agressie is nooit de juiste oplossing om boosheid, verdriet of andere problemen te uiten. We treden hier dan ook zeer streng bij op. Directie, ouders, consulent/Jeugdrechter worden op de hoogte gebracht en bekijken samen wat er op volgt.

Indien je opzettelijk materiële schade aanricht, wordt je geacht dit te vergoeden. Wij zullen je dan ook een financiële vergoeding vragen. Het bedrag is afhankelijk van de schade. Eventueel moet je eveneens helpen om de schade te herstellen.

SCHOOLGANGERS

Ga je van hieruit naar school, dan zal je een afsprakenblad moeten ondertekenen. Laat iedere avond, onmiddellijk bij aankomst in Ter Heide, je agenda tekenen. Zo trachten wij je wat te begeleiden bij je studie. Wanneer je materiaal of iets van het internet nodig hebt voor school, vraag je dit ook onmiddellijk bij aankomst. Later is hier misschien geen tijd meer voor. Vanaf 16 uur kan je in de leefruimte of op je kamer werken en leren voor school. Tussen 20u en 21u heb je sowieso één uur verplicht kamermoment. Het is de bedoeling dat je dat uur nuttig besteedt aan je schoolwerk.

Wij zorgen ervoor dat diegenen die naar school gaan zo snel mogelijk een buzzy-pass krijgen.

Je boterhammen kan je 's morgens maken. Je krijgt ook koeken, 2 drankjes en een stuk fruit mee als je dit wenst.

- o Er wordt enkel buiten gerookt op de afgesproken **plaatsen en tijdstippen**.
- o We roken NIET tijdens de maaltijden, taken, kamermomenten, klasmomenten en verplichte activiteiten binnen Ter Heide.
Er wordt niet gerookt vóór het ontbijt.
Er wordt pas gerookt nadat de taken uitgevoerd zijn.
Bij activiteiten buiten Ter Heide op woensdagnamiddag, tijdens het weekend en de schoolvakanties mag er wel gerookt worden. Uiteraard enkel als de activiteit zich hier toe leent. De begeleiding beslist hierover.
Roken kan tot 21u30, behalve op vrijdag en zaterdag, dan kan je roken tot 22h.

Sancties bij overtredingen:

Indien deze regels niet nageleefd worden, volgt hierop een sanctie.

Bij een éénmalige overtreding wil dit zeggen dat je de leefregels ivm roken moet overschrijven. We gaan er immers vanuit dat je het niet wist, vergeten bent of dat je er gewoonweg niet aan dacht.

Bij regelmatige overtredingen moet je de leefregels ivm roken overschrijven en wordt een rookschematische opgesteld en/of een beperking in het aantal sigaretten opgelegd. Eveneens wordt dit besproken in team en kan er eventueel nog een zwaardere sanctie volgen (bv. niet deelnemen aan de volgende activiteit buiten Ter Heide,...). Je hebt nu immers geen 'excuus' meer dat je het niet wist.

BINNEN ROKEN (OP DE SLAAPKAMER, OP TOILET, IN DE DOUCHE, ...) IS TEN STRENGSTE VERBODEN!!!

Hierop volgt dan ook onmiddellijk een sanctie:

- o 1 avond kamerarrest
- o Niet deelnemen aan de volgende activiteit buiten Ter Heide.
- o Gesprek met de directeur, die nog een bijkomende sanctie kan opleggen.

DRANK

Niemand mag onder invloed zijn of in het bezit van alcoholische dranken en/of pepdranken binnen Ter Heide.

Vanaf 16 jaar mag je 1 biertje of pepdrank drinken tijdens een gezamenlijke uitstap indien de activiteit zich hiertoe leent. De begeleiding beslist of het al dan niet kan. We drinken geen sterke drank of zwaardere bier, maar houden het bij een pilsje

Indien deze regels niet nageleefd worden, volgt hierop een sanctie (zoals afzondering van de groep,...) De overtreding wordt in team besproken en zwaardere sancties kunnen volgen. Je contactpersoon - aanmelder en je ouders worden op de hoogte gebracht.



Jongeren kunnen met hun gsm op het WIFI-netwerk van ter Heide. bij aankomst dien je een gedragscode te ondertekenen. Hierna krijg je het wachtwoord.

WIFI is enkel toegankelijk tussen bepaalde uren.

Wanneer jongeren zonder toestemming het wifi netwerk gebruiken, word het toestel voor bepaalde tijd afgenomen.

In het algemeen kan men enkel foto's online plaatsten mits de toestemming van de personen die op de foto's zijn afgebeeld. Het is daarnaast belangrijk dat er dat er geen data mee gegeven worden die de personen traceerbaar maken .

BEZOEKEN

Het eerste weekend na je opname in Ter Heide mag je niet op weekend gaan. Het eerste bezoek verloopt altijd in Ter Heide en pas nadat de sociaal assistenten een eerste contact hadden met je ouders. De begeleiding staat steeds ter beschikking tijdens dit bezoek voor vragen.

Vanaf het tweede weekend bestaat de mogelijkheid dat je op dag- of weekendbezoek mag gaan. Dit is voor iedereen anders en wordt individueel bekeken.

Sociale contacten met vrienden en andere familieleden onderhoud je tijdens de weekends. Jongeren die echter in Ter Heide blijven tijdens de weekends, kunnen bezoek ontvangen van vrienden of familieleden. Je moet dit echter wel op voorhand afspreken met je sociaal assistent en de begeleiding.

De eerste twee maanden na je verblijf hier, kom je niet op bezoek.

- * Om 21u30 geeft iedereen zijn gsm af tot de volgende ochtend. 's Nachts worden de gsm's dus bewaard bij de begeleiding.
- * Wanneer je naar school gaat, mag je je gsm meenemen (bereikbaarheid/veiligheid), tenzij wij anders beslissen!

Jongeren waarbij een contactverbod werd opgelegd door de jeugdrechter, mogen niet in het bezit zijn van hun gsm. Zij kunnen wekelijks vanuit Ter Heide gedurende 10 minuten bellen naar wie ze willen, behalve naar de persoon met contactverbod. De begeleiding houdt dan ook nauw toezicht.

Wie zich niet houdt aan de leefregels en hierop overtredingen maakt, wordt een **sanctie** opgelegd: gsm 30 minuten afgeven aan begeleiding. (bvb wanneer afspraken tijdens tafelmoment niet worden gerespecteerd of taken niet worden uitgevoerd). Sancties waarbij je langer op je kamer moet blijven, houden automatisch ook in dat je je gsm moet afgeven gedurende deze periode dat de sanctie loopt. Wanneer je een gsm verstopt tegen de afspraken in, wordt deze afgenomen tot het einde van het verblijf.

Indien je geen gsm hebt

Jongeren die geen gsm hebben, kunnen wekelijks 10 minuten bellen naar wie ze willen met het vaste toestel van Ter Heide. De begeleiding noteert wie wanneer gebeld heeft. Jongeren die tijdens de weekends in Ter Heide verblijven, krijgen een extra belmoment in het weekend. Dit eveneens gedurende 10 minuten. Dit geldt echter niet tijdens het eerste weekend.

Je hebt steeds recht om naar jouw consulent of advocaat te bellen. Ook de Jo-lijn kan je steeds opbellen.

Je sociaal assistent legt eveneens een telefoonmoment vast voor je familie. Je krijgt dan wekelijks een telefoongesprek van eveneens 10 minuten toegewezen waarop je familie naar jou kan bellen. Dit wordt duidelijk genoteerd, zodat de begeleiding weet wanneer je van wie telefoon mag ontvangen.

Jongeren waarbij een contactverbod werd opgelegd door de rechter, mogen geen telefonisch contact hebben met deze persoon. Het gebruik van facebook wordt in deze situaties individueel bekeken.

DRUGS

Cannabis en andere verboden middelen worden niet toegestaan in Ter Heide. Dit is ten strengste verboden en hierop worden geen uitzonderingen gemaakt! Wanneer je onder invloed bent in Ter Heide, word je naar je kamer gestuurd.

Onaangekondigd kan aan jou gevraagd worden om een urinestaal te leveren voor een drugstest. Deze drugstest bestaat uit de controle van je urine of wordt uitgevoerd door de huisarts waar we in ons centrum mee samenwerken. Een weigering hiervan staat gelijk aan toegeven dat er druggebruik is.

Omdat druggebruik en -bezit strafbaar is, wordt ook de politie verwittigd. Dit gebeurt zeker wanneer je dealt of andere jongeren aanspoort tot gebruik of bezit.

Soms kan je gedrag ook bijkomende gevolgen hebben. Zo zal je tijdens je verblijf apart moeten roken van de andere jongeren. Of zo kan het bvb. gebeuren dat je niet mee mag op activiteit omdat onze bezorgdheid te groot is. In Ter Heide geldt een drugbeleid dat voor iedere jongere van toepassing is!

Overtredingen op deze regel worden gemeld aan je ouders, contactpersoon - aanmelder en eventueel je jeugdrechter. Ook komt er een gesprek met de psycholoog rond het gebruik van drugs. Deze schat dan in of er verdere stappen ondernomen moeten worden om rond je gebruik te werken.

KAMER—EN BAGAGECONTROLE

Wanneer wij het vermoeden hebben dat je sigaretten, drugs of andere verboden spullen verbergt, kan de begeleiding jou controleren. Ofwel wordt bij binnenkomst jouw boekentas en zakken gecontroleerd (bagagecontrole). Ofwel vragen we om jouw kamer te doorzoeken. (kamercontrole) Wij doen dit steeds in jouw bijzijn. Deze controle wordt ook aangekondigd. Je hebt de kans dit te weigeren. De begeleiding maakt bij weigering de inschatting of het al dan niet nodig is de politie hiervoor te contacteren.

Wanneer we iets vinden dat verstopt is, wordt dit tot het einde van de begeleiding in beslag genomen. Wanneer het verstopte item een illegaal karakter heeft, wordt de politie betrokken (zie ook het puntje 'drugs')

SPELCOMPUTERS (nintendo, PSP,...), LAPTOPS, TABLETS EN ANDERE MULTIMEDIA

Deze mag je enkel meebrengen naar Ter Heide mits toestemming van je ouders en enkel op eigen verantwoordelijkheid. Je mag je spelcomputer enkel gebruiken op je kamer. Je doet dan eerst wat er van je verwacht wordt, alvorens je je spelcomputer vraagt aan de begeleiding. 's avonds vóór het slapengaan, geef je de spelcomputer in bewaring bij de begeleiding.

Uitzonderlijk mag je je spelcomputer gebruiken in de leefgroep tijdens het weekend. Als er niet veel andere jongeren zijn en de begeleiding keurt het goed, mag je er op eigen verantwoordelijkheid beneden mee spelen.

In de leefgroep heb je de mogelijkheid om op de computer te gaan. Hier hangen ook wel enkele regels aan vast:

- Iedere jongere heeft een apart account. Deze account is beveiligd met een paswoord. Je vraagt dus steeds eerst aan de begeleider om je aan te melden als je op de computer wil.
- Je account is beperkt in het downloaden van programma's
- Geen eten en/of drinken aan de computer.
- Jongeren die voor het school op de computer moeten, krijgen voorrang!
- Als iemand op de computer zit, moeten anderen er niet naast gaan zitten. iedereen heeft recht op privacy. Begeleiders hebben wel de mogelijkheid om de geschiedenis van een account na te gaan.

Eigen apparaten kunnen op het Wifi-netwerk. Tablets, laptops, ipads,... kunnen dit enkel na toestemming van het team. Deze apparaten kunnen ook enkel op de kamer gebruikt worden (conform de leefregels).

TELEFOON

Jongeren die een gsm hebben, dienen al hun telefoontjes via dit toestel te doen (zowel inkomende als uitgaande). Je mag dus niet bellen met het vaste toestel van Ter Heide (ook al heb je geen belwaarde).

Je mag je gsm bij je houden in de leefgroep, mits je je houdt aan volgende afspraken:

- * Je gsm mag niet hoorbaar zijn (geen beltonen en geen toets-tonen) en staat dus enkel op trilfunctie.
- * Je leent je gsm niet uit aan andere jongeren.
- * Laders worden uitgeleend op eigen verantwoordelijkheid
- * Je brengt je gsm enkel mee in de leefgroep op eigen verantwoordelijkheid (kom dus niet klagen over verlies of stukken, ...).
- * Je zet je gsm uit tijdens de gesprekken bij de psycholoog en/of sociaal assistent.
- * Tijdens de maaltijden en het groepsoverleg mag je je gsm op zak hebben (niet op tafel). Je gsm blijft echter in je broekzak tot we van tafel gaan.
- * Er wordt niet getelefoneerd in het bijzijn van andere jongeren.
- * Als je zelf wil bellen, raden we je aan dit tijdens het kamermoment te doen.
- * Als je gebeld wordt, kan dit maar zet je je apart van de groep (even naar buiten, op je kamer...)
- * Huishoudelijke taken gaan voor op het telefoneren
- * Gsm's worden niet gebruikt om video's en/of foto's te maken.

SNOEPEN

In Ter Heide mag je geen kauwgom eten. Wanneer je kauwgom hebt, geef je deze steeds in bewaring bij de begeleiding. Als je naar school of op weekend vertrekt, kan je deze vragen aan de begeleiding.

Je mag geen snoep, fruit of andere etenswaren en drinkwaren op je kamer bewaren. Alles wordt bewaard in de bureau bij de begeleiding. Je krijgt hiervoor een snoepdoos. Wanneer je graag frisdrankjes (cola, sprite,...) meebrengt, kan dit. Deze worden bewaard in de witte ijskast. Snacks die opgewarmd moeten worden, kunnen niet.

Tijdens het snoepmoment mag je iets kiezen van je eigen snoep en/of drinken. Het snoepmoment vindt iedere avond plaats tussen 21u en 21u30 in de eetplaats. Je neemt wat je nodig hebt uit je snoepdoos en geeft ze nadien onmiddellijk terug aan de begeleiding. Wie iets van zijn eigen drinken wil uit de witte ijskast vraagt dit aan de begeleiding. Niemand komt in de witte ijskast zonder dit eerst te vragen. Je nuttigt je snoep en drank steeds aan tafel. We houden dit moment rustig, schelden en roepen is niet nodig!

Jongeren die van hun snoep iets willen meenemen naar school, halen dit nu uit hun doos voor de volgende dag en geven dit aan de begeleiding. De volgende ochtend zal de begeleiding je dit geven om mee te nemen naar school.

RELIGIE

Binnen Ter Heide hebben we respect voor ieders religieuze overtuiging.

Wanneer je vanwege je overtuiging bepaalde dingen niet mag, zoals bijv. varkensvlees eten, meldt dit dan tijdens de intake, zodat we hier rekening mee kunnen houden.

- Als je liedjes wil luisteren, gebruik dan je oortjes of de hoofdtelefoon.
- De volgende momenten kan je tijdens de avond op de computer:
 - 16h15 - 18h
 - 19h - 20h
 - 21h—21h30

We laten je vrij om te bekijken wie wanneer tijdens deze blokken op de PC gaat. Komen er problemen van, dan nemen wij het in handen en leggen we vaste blokken vast. In het weekend bespreek je met de begeleider wanneer je op de PC kan gaan.

ZIEK ZIJN IN TER HEIDE

Het kan gebeuren dat je ziek wordt in Ter Heide. De dokter komt dan langs om je te onderzoeken. Als je geen koorts hebt, kan het zijn dat de begeleider vraagt dat je zelf naar de dokter (hier dicht in de buurt) gaat.

Het is heel belangrijk om te rusten als je ziek bent. Daarom wordt er van jou verwacht dat je tot 21h. op je kamer blijft en probeert zoveel mogelijk te slapen. Vanaf de tweede dag dat je ziek bent, kan je al om 18h. Naar beneden komen.

TELEVISIE

De programma's worden door de jongeren SAMEN gekozen in overleg met de begeleiding. Jongeren mogen een videofilm en/of DVD van thuis meebrengen op eigen verantwoordelijkheid.

Horror-, griezel- of seksfilms en films voor 16+ worden NIET bekeken.

Tijdens schooldagen (als je omwille van schorsing of andere redenen in TH bent) mag je enkel naar muziek luisteren op TV. We luisteren dan naar radiostations, niet naar een muziekzender. Daarnaast mag je ook om 13h. naar het nieuws kijken als je wil.

Als dit niet rustig verloopt, kan er beslist worden om tv uit te schakelen voor de rest van de avond/dag en kan je naar je kamer gestuurd worden.

Deze regels gelden eveneens voor het gebruik van de playstation.

MUZIEK

Op de slaapkamers mag je een walkman/discman/mp3/Ipod, klok-radio, radio of muziekinstallatie hebben. Radio's mogen NIET in de badkamer!

Muziek mag niet te luid. We mogen dit niet horen tot op de gang. Als het tijd is om te gaan slapen, moet de radio uit. 's Ochtends mag de muziek heel stil op.

In de leefruimtes zet je de muziek ook niet te luid. Het volume wordt bepaald door de begeleiding. Jullie zijn zelf verantwoordelijk voor eigen CD's. Muziek in de tuin is NIET toegestaan omwille van geluidsoverlast voor de burens.

De kamer

Maak iets gezelligs van je kamer. Je mag posters ophangen op het prikbord/ magneetbord.

Gebruik geen kleefband of spelden op deuren, ramen, meubels of behang.

Respecteer het materiaal dat anderen na jou ook nog zullen gebruiken.

Na ieder kamermoment laat je je kamer netjes en aangenaam achter. Wij verwachten dat: alle kleren en spullen van de grond zodat er gekuist kan worden, je vensterbank leeg is zodat mijn raam open kan, je lavabo proper is (geen haar en tandpasta-restjes) en je vuile was in het mandje ligt! Dit is ook aangenaam voor de poetsvrouwen die elke week je kamer poetsen.

De begeleiding komt dit controleren.

Om de veertien dagen krijg je op dinsdag propere lakens van de begeleiding die je zelf op je bed legt (indien nodig sneller).

Om de veertien dagen moet je zelf je kamer poetsen op woensdag. In de kamer hangt een duidelijke lijst over wat er van je verwacht wordt.

De wasmandjes

's Morgens brengt iedereen zijn eigen mandje met vuile was mee naar beneden. Je maakt je wasmandje leeg in de grote wasmand aan de eetruimte.

De mandjes met gestreken wasgoed neem je 's avonds weer terug mee naar je kamer. Je bergt je propere was direct op in je kast.

HUISHOUDELIJKE TAKEN

De jongeren van De Opstap helpen bij het huishouden. Op een lijst in de leefruimte kan men terugvinden welke taak men wanneer moet uitvoeren.

Tafeldienst

Je dekt de tafel. Na het eten, ruim je mee alles af. De vuile vaat wordt gesorteerd op de kar gezet. Nadien neem je een vaatdoek en een kom water om de tafels schoon te maken. Er moet ook onder de tafels veveegd worden.

Strijken (enkel tijdens de schoolvakanties)

Tijdens de vakantie doen jullie de strijk en het plooiwerk. De was wordt eerst gesorteerd volgens de mandjes van de jongeren (vandaar het belang van getekende kledij). De lakens en handdoeken van Ter Heide worden op een bepaalde manier opgevouwen. De begeleiding helpt waar nodig is.

Het is belangrijk om geregeld je kledij te hertekenen vermits de kledingstiften stilletjes aan afgaan in de was.

Opruim (enkel tijdens de schoolvakanties)

Tijdens de schoolvakanties moeten jullie helpen om de leefgroep netjes te houden. De begeleiding geeft je dan extra taken, zoals eens stofzuigen, vegen, stof afdoen, een kast helpen uitkuisen,... Dit wordt op het moment zelf bekeken, zodat jullie taken krijgen die echt nodig zijn.

KLEDIJ

Bij aankomst in Ter Heide maak je een foto van al je kledij. Al de kleren die je nadien nog krijgt via bezoek of koopt tijdens een uitstap, moeten ook gefotografeerd worden. Dit is jouw eigen verantwoordelijkheid! Als je van weekend komt met nieuwe kleren, dan vraag je een stift aan de begeleiding om die te tekenen! Met een textielstift, die in het bezit is van de begeleiding, moet **ELK kledingsstuk** gemerkt worden met jouw initialen (eerste letter van de voor- en achternaam). Dit alles om ervoor te zorgen dat alle meegebrachte kledij bij vertrek terug gevonden kan worden.

Kleding wordt niet verkocht, geruild, geschonken of uitgeleend in Ter Heide! Als je dit toch doet, is dit op eigen verantwoordelijkheid. Als de andere het niet teruggeeft, of kapot maakt, dan komt de begeleiding daar niet tussen. Je weet namelijk dat het niet mag!

Jullie mogen niet op je kledij schrijven of ze verknippen (b.v. geen lange broek veranderen in een short).

De vuile was moet iedere avond in het persoonlijk wasmandje gelegd worden (Ter Heide geeft elke nieuwe jongere zo'n mandje dat aan jezelf toebehoort, zolang je in ter Heide verblijft). Dat wasmandje neem je 's morgens mee naar beneden. Tijdens de vakantie is er een beurtrol om de was te sorteren en te strijken.

Indien je kledij, spullen of ander persoonlijk materiaal vergeet mee te nemen na je verblijf in Ter Heide, heb jij gedurende 2 maanden na je vertrek de tijd om telefonisch of schriftelijk een afspraak te maken om de vergeten spullen te komen afhalen. Doe je dat niet, dan worden de spullen automatisch eigendom van Ter Heide.

HYGIËNE

Je kan elke dag een bad of douche nemen. Je mag maximum 10 minuten douchen en na 15 minuten ben je uit de badkamer. Op die manier krijgt iedereen de kans geregeld te douchen of een bad te nemen. Twee maal per dag poets je je tanden.

Er wordt niet samen gedoucht. We vragen ook op een deftige, geklede manier door de gang te wandelen als je klaar bent. Niet enkel met een handdoek of in je onderbroek.

Handdoeken, zeep, shampoo, tandenborstel e.d. kan men vragen aan de begeleiding.

Deodorant, haarlak en andere spuitbussen mag je niet hebben op je kamer (veiligheidsreden). Je geeft deze in bewaring bij de begeleiding en kan deze vragen als je ze wil gebruiken. Dit is eveneens het geval voor **scheermesjes, stijltangen en haardrogers**.

Jongeren mogen hun haren niet laten knippen door groepsgenoten en er evenmin zelf aan knippen tijdens hun verblijf in Ter Heide. Vanuit Ter Heide worden geen piercings, tatoeages, haarkleuren en gekleurde haargels toegestaan.

Jongeren lopen niet op blote voeten of op schoenen rond in de leefgroep. We willen graag dat je op pantoffels rond loopt.

OPSTAAN EN SLAPENGAAN

Opstaan

	Maandag tot Vrijdag	Zaterdag	Zondag	Vakantie
Schoolgangers	afgesproken tijdstip	11 uur	11 uur	9u - 9u15 (*)
Internen	8u - 8u30 (*)	11 uur	11 uur	9u - 9u15 (*)

(*) is het uur dat we naar beneden gaan.

Je houdt rekening met de jongeren die nog slapen en houdt het dus rustig! Indien je vroeger wakker bent, blijf je op je kamer en houd je je rustig bezig. In het weekend mag je ten vroegste om 9u.15 naar beneden op voorwaarde dat er begeleiding beneden aanwezig is.

Op zaterdag en zondag kan je ontbijten tot 10u30. Zorg dus dat je tijdig beneden bent als je hiervan gebruik wil maken. Om 10u30 wordt de tafel afgeruimd en kan je enkel nog iets krijgen om te drinken.

Slapengaan

(*) Is het uur dat het licht wordt gedoofd.

Omdat iedereen op een verschillend tijdstip gaat slapen, houden we het vanaf 20 uur stil.

	Zondag tot Donderdag	Vrijdag en Zaterdag	Vakantie
12 en 13 jaar	21u25 - 22u (*)	22u15 - 22u30	21u45 - 22u30 (*)
14 jaar en ouder	21u45 - 22u30 (*)	22u15 - 22u30	21u45 - 22u30 (*)

KAMERMOMENT

In de voormiddag

We verzamelen in de gang beneden om samen naar boven te gaan. Ieder gaat naar zijn eigen kamer. Je krijgt een half uur de tijd om je tanden te poetsen en je kamer op te ruimen. Nadien mag je je rustig bezighouden, zonder je burens te storen. Je blijft op je eigen kamer met de deur dicht. Wie een dringende vraag heeft voor de begeleiding zet een pantoffel voor de deur. De begeleiding komt dan naar je kamer. Je kan naar muziek luisteren zonder je burens te storen.

's Avonds

We verzamelen beneden in de gang. Wie nog iets nodig heeft, vraagt dit beneden. Je neemt je wasmandje mee naar boven. Iedereen blijft op zijn kamer met de deur dicht. Wie een dringende vraag heeft, zet een pantoffel voor de deur. De begeleiding komt dan naar je kamer.

Je begint huiswerk te maken en lessen te leren. De begeleiding komt rond om dit te controleren. Wie geen huiswerk heeft of wie klaar is, wast zich (wastafel of douche/bad) en ruimt zijn kamer op. Je mag naar muziek luisteren zonder je burens te storen.

Tijdens het schooljaar loopt het kamermoment van 20u tot 21u; Wie klaar is met zijn huiswerk, gewassen is én zijn kamer heeft opgeruimd, is om 21h. vrij om op de kamer te blijven of naar beneden te gaan. Alvorens je kamer te verlaten, komt de begeleiding controleren of deze opgeruimd is. Wij verwachten dat: alle kleren en spullen van de grond zodat er gekuist kan worden, je vensterbank leeg is zodat mijn raam open kan, je lavabo proper is (geen haar en tandpasta-restjes) en je vuile was in het mandje ligt!

MAALTIJDEN

We gaan met z'n allen aan tafel en blijven daar tot iedereen gedaan heeft met eten. We doen dit in een rustige sfeer. Schelden en vloeken hoort niet. Iedereen blijft aan tafel tot na het dessert. Iedereen ruimt zijn eigen bord, glas/tas en bestek af. Tijdens de maaltijden blijft je gsm in de broekzak zitten.

Warme maaltijden eten we met mes en vork. Wij eten wat de pot schaft. Er moet van alles een beetje geproefd worden. We eten ons bord leeg. Wie dit niet doet, krijgt geen dessert. Wie een tweede bord neemt, moet ook steeds groenten bijnemen (niet enkel extra vlees). We vragen ook steeds te blijven zitten tijdens de maaltijd.

Na de warme maaltijden mag je kiezen tussen het aangeboden dessert, een stuk fruit of wat yoghurt.

Als je je niet aan deze afspraken kan houden, dan kan de begeleiding vragen om de daaropvolgende maaltijd apart te eten.

Wie allergisch is aan bepaalde voedingsstoffen, of om gelijk welke reden iets niet eet, meldt dit op de intake aan de begeleiding, zodat het keukenpersoneel hier rekening mee kan houden. Je meldt dit bij het begin van je opname en de afspraken die hier omtrent gemaakt worden, blijven gelden gedurende het hele verblijf.