

A.K.v.V.



Wegwijzer studentenwelzijn en sociale veiligheid

Waar heen te gaan met een vraag

AKvV | VU, UvA, HvA | 2021



Voorwoord

De studententijd staat bekend als de mooiste tijd van je leven. Maar wat als het tijdens deze mooie, leerzame en memorabele tijd minder goed met je gaat? Wat als je niet lekker in je vel zit of je onveilig voelt? Binnen en buiten de onderwijsinstellingen zijn er veel verschillende professionals en instanties die jou kunnen helpen bij deze vraagstukken. Echter, het is begrijpelijk dat het soms lijkt alsof het er te veel zijn of dat je geen idee hebt waar je überhaupt moet beginnen.

Vandaar dat de Amsterdamse Kamer van Verenigingen in samenwerking met de Universiteit van Amsterdam, de Vrije Universiteit Amsterdam en de Hogeschool van Amsterdam deze wegwijzer heeft opgesteld. Hier vind je per onderwijsinstelling waar je met welke hulpvraag terecht kan. Er wordt per onderwijsinstelling een onderscheid gemaakt tussen vragen gerelateerd aan studentenwelzijn en vragen gerelateerd aan sociale veiligheid. Onder studentenwelzijn vallen onder andere mentale klachten en onder sociale veiligheid discriminatie en intimidatie. Per professional of instantie is er ook een korte toelichting gegeven over hun functie. Hopelijk geeft deze wegwijzer jou de handvaten om de juiste hulp te vinden die jij nodig hebt voor jouw vraag.

Met vriendelijke groet,

Sterre Ancher

h.t. Praeses der Amsterdamse Kamer van Verenigingen 2020-2021



Inhoud

Voorwoord	2
Uitleg functie van verschillende professionals binnen de onderwijsinstellingen	4
Vrije Universiteit Amsterdam	5
Studentenwelzijn	5
Sociale veiligheid	6
Contactgegevens instanties binnen de VU	7
Webpagina: Studentenwelzijn en veiligheid	7
Regiehouders Zorgwekkend gedrag	8
Universiteit van Amsterdam	10
Sociale veiligheid	10
Studentenwelzijn	10
Contactgegevens instanties binnen de UvA	10
Aanvullende informatie rol en taken functies binnen de UvA	11
Contactgegevens instanties buiten de UvA	12
Hogeschool van Amsterdam	13
Studentenwelzijn	13
Sociale veiligheid	13
Contactgegevens instanties binnen de HvA	14



Uitleg functie van verschillende professionals binnen de onderwijsinstellingen

Binnen de onderwijsinstellingen zijn er een aantal professionals die jou hulp kunnen verlenen. Elke professional heeft een eigen kader waarbinnen hij of zij advies geeft en hulp biedt. Hieronder staat een korte omschrijving per professional van zijn of haar functie. De functies zijn in grote mate gelijk bij alle drie de onderwijsinstellingen. Alleen bij de UvA is er een extra kopje aan gewijd met extra informatie over de functies.

Professional	Omschrijving functie
<i>Studieadviseur</i>	Adviseert je over onderwerpen als het onderwijsprogramma, persoonlijke studiebegeleiding, studeren met een (functie-)beperking en studievertraging.
<i>Studentendecaan</i>	Adviseert je over onderwerpen die niet over de studie zelf gaan, maar wél je studievoortgang beïnvloeden. Bijvoorbeeld het overlijden van een naaste.
<i>Studentenpsycholoog</i>	Biedt hulp bij psychische klachten die het studeren moeilijk maken. Denk bijvoorbeeld aan motivatieproblemen, faalangst, uitstelgedrag, somberheid, stress of eenzaamheid.
<i>Docenttutor/-mentor</i>	Is je aanspreekpunt voor opleiding specifieke vragen met betrekking tot het (bachelor)programma, je studievoortgang, studiedruk, persoonlijke omstandigheden en sociale aspecten. Zij/hij vervult ook een verwijfsfunctie.
<i>Studentenombudsman</i>	Geeft je informatie over relevante regelgeving en procedures en vertelt je wat je rechten, plichten en mogelijkheden zijn om het vraagstuk waarmee je zit op te lossen.
<i>Vertrouwenspersoon Ongewenst gedrag</i>	Ondersteunt je bij het bepalen of er stappen gezet kunnen worden om het ongewenste gedrag aan te kaarten, en zo ja welke stappen dit dan zijn. Ze kunnen helpen verwijzen naar professionele hulpverleners en helpen bij het indienen van een klacht bij de klachtencommissie.
<i>Regiehouders Zorgwekkend gedrag</i>	Hier kan je gedrag melden waardoor jij je, of een ander zich onveilig voelt.



Vrije Universiteit Amsterdam

Bij de VU zijn er twee belangrijke informatiebronnen met betrekking tot studentenwelzijn en sociale veiligheid. Namelijk: de hulpmatrix en de webpagina *Studentenwelzijn en veiligheid*. De hulpmatrix is te vinden door in te loggen op VUnet. Vervolgens typ je in de search-balk 'hulpmatrix' in waarna er een link naar de Hulpmatrix verschijnt. Er is een Nederlandstalige en Engelse versie beschikbaar. De link naar de webpagina is onder het kopje *Studentenwelzijn en veiligheid* te vinden in deze wegwijzer.

Hieronder volgt een samenvatting van de beschikbare informatie voor jou. Per onderwerp is er een contactpersoon A en B. Contactpersoon A is de meest voor de hand liggende professional en contactpersoon B is daarna de meest voor de hand liggende professional om te contacteren. In de hulpmatrix staan nog meer studie-gerelateerde onderwerpen met contactpersoon. Indien je hier interesse in hebt, kan je via VUnet de hulpmatrix bekijken.

STUDENTENWELZIJN

Bij vragen rondom studentenwelzijn is vaak de studieadviseur van jouw faculteit het eerste aanspreekpunt. Kijk op VUnet voor het maken van een afspraak bij een studieadviseur.

Burn-out

Contactpersoon: Studieadviseur of studentenpsycholoog

Eenzaamheid

Contactpersoon A: Studieadviseur of studentenpsycholoog

Contactpersoon B: Docent-tutor of docent mentor

Ingrijpende gebeurtenis of rouw

Contactpersoon A: Studieadviseur

Contactpersoon B: Studentenpsycholoog, docent-tutor of docent-mentor

Overspannenheid

Contactpersoon: Studieadviseur, studentenpsycholoog

Privéproblemen

Contactpersoon A: Studieadviseur,

Contactpersoon B: Studentendecaan, studentenpsycholoog

Psychische problemen

Contactpersoon A: Studentenpsycholoog

Contactpersoon B: Studieadviseur

Stress

Contactpersoon A: Studieadviseur, studentenpsycholoog

Contactpersoon B: Docent-tutor of docent-mentor



Studiedruk

Contactpersoon A: Studieadviseur

Contactpersoon B: Studentenpsycholoog, docent-tutor of docent-mentor

Studieproblemen

Contactpersoon A: Studieadviseur

Contactpersoon B: Studentenpsycholoog, docent-tutor of docent-mentor

SOCIALE VEILIGHEID

Voor vraagstukken rondom sociale veiligheid is het vertrouwenspersoon ongewenst gedrag meestal het eerste aanspreekpunt. Bij de VU is er voor deze vaagstukken ook een instantie beschikbaar genaamd Regiehouders Zorgwekkend Gedrag. Hierover meer informatie in het kopje *Regiehouders Zorgwekkend gedrag*.

Agressie/geweld (niet acuut, wel advies, praktische hulp)

Contactpersoon A: Vertrouwenspersoon ongewenst gedrag

Contactpersoon B: Studieadviseur

NB Het gaat om niet-acute situaties van agressie of geweld waarin je op zoek bent naar praktische hulp. Bij acute agressie of geweld, bel de politie.

Bedreiging

Contactpersoon A: Vertrouwenspersoon ongewenst gedrag

Contactpersoon B: Studieadviseur

Discriminatie

Contactpersoon A: Vertrouwenspersoon ongewenst gedrag

Contactpersoon B: Studieadviseur, studentendecaan, docent-tutor of docent-mentor

Huiselijk en eer gerelateerd geweld

Contactpersoon A: Vertrouwenspersoon ongewenst gedrag

Contactpersoon B: Studieadviseur, studentendecaan

Intimidatie

Contactpersoon A: Vertrouwenspersoon ongewenst gedrag

Contactpersoon B: Studieadviseur

Ongewenst gedrag

Contactpersoon A: Vertrouwenspersoon ongewenst gedrag

Contactpersoon B: Studieadviseur

Pesten

Contactpersoon A: Studieadviseur

Contactpersoon B: Studentenpsycholoog, docent-tutor of docent-mentor of vertrouwenspersoon ongewenst gedrag



Seksuele intimidatie

Contactpersoon A: Vertrouwenspersoon ongewenst gedrag

Contactpersoon B: Studietoelicht, studentenpsycholoog

Stalking

Contactpersoon A: Vertrouwenspersoon ongewenst gedrag

Contactpersoon B: Studietoelicht, studentenpsycholoog

CONTACTGEGEVENS INSTANTIES BINNEN DE VU

Functie	Afspraak maken via	Contactgegevens
<i>Docenttutor/-mentor</i>	Eigen contactgegevens	Verschilt per faculteit
<i>Studietoelicht</i>	VUnet: via online agenda of via het contactformulier	Verschilt per faculteit
<i>Studentendecaan</i>	VUnet	Mail: studentendecanen@vu.nl
<i>Studentenpsycholoog</i>	VUnet	Mail: studentenpsychologen@vu.nl
<i>Studentenombudsman</i>	Telefoon, e-mail (vermeld je telefoonnummer) of WhatsApp	Tel: (020) 598 5313 Mail: studentenombudsman@vu.nl of e.j.poesiat@vu.nl Whatsapp: (06)27625636
<i>Vertrouwenspersoon</i>	VUnet	Mail: vertrouwenspersonen-studenten@vu.nl Mw. F. Khadje, Tel: 020-59 82094 Mw. M. Blom, Tel: 020-59 85027
<i>Regiehouders Zorgwekkend gedrag</i>	E-mail of WhatsApp	Rob Pel (06-55121267 of security-rob.pel@vu.nl) Rosanne van Kampen (06-15832514 of r.c.van.kampen@vu.nl)

WEBPAGINA: STUDENTENWELZIJN EN VEILIGHEID

Op deze webpagina geeft de VU een overzicht van instanties buiten de VU die kunnen helpen met vragen rondom studentenwelzijn en sociale veiligheid. Ook staan alle ondersteunende programma's van de VU-community in een agenda. De link: <https://vuweb.vu.nl/nl/meerover/studentenwelzijn>.



Studentenwelzijn: instanties buiten de VU

Instantie	Contactgegevens
Huisarts	Je kan altijd terecht bij je huisarts om verwezen te worden naar de juiste zorg.
Student Counseling Services	Organiseert cursussen omtrent studentenwelzijn, meer informatie op campusnet.
Caring Universities	Een anonieme online vragenlijst op hun site geeft je inzicht in je mentale gezondheid. Aan de hand van de resultaten bieden ze een cursus aan. Deze cursus is compleet anoniem en je krijgt een gratis online coach die jou begeleid. Site: https://caring-universities.com/
113 Zelfmoorpreventie	Het nationale Nederlandse zelfmoordpreventie centrum. Ze hebben een chat, telefoonlijn, zelfhulp cursussen en zelfhulp testen. De testen zijn bedoeld om inzicht te geven in je mentale gezondheid. Site: https://www.113.nl/
Gezondeboel	Als je worstelt met lastige gedachtes en gevoelens, biedt deze instantie een zelfhulpprogramma aan om te helpen ontspannen en te focussen. De cursus is in het Engels. Site: https://gezondeboel.nl/aanbod/online-trainingen/coronavirus/dealing-with-corona-stress/

Evenementen van en voor de VU-community

Heb je interesse in evenementen georganiseerd door de VU-community gericht op studentenwelzijn? Check dan deze link voor de huidige agenda: <https://vuweb.vu.nl/nl/meer-over/studentenwelzijn-evenementen>.

REGIEHOUDERS ZORGWEKKEND GEDRAG

Wanneer de sociale veiligheid van jouzelf of medestudenten in het geding is, wil de VU graag dat dit gemeld wordt. Als een student of medewerker zich niet veilig voelt vanwege het gedrag van een ander (of zichzelf) kan er sprake zijn van zorgwekkend gedrag. Voorbeelden van zorgwekkend gedrag zijn intimidatie, bedreiging en seksueel grensoverschrijdend gedrag. Als iemand een dergelijke situatie meemaakt, of als bijstander hiervan getuige is, kan dit gemeld worden bij de regiehouders zorgwekkend gedrag. De regiehouders zijn Rob Pel en Rosanne van Kampen. De melding mag ook anoniem gedaan worden. Waar en hoe een melding wordt gedaan is te vinden in het kopje contactgegevens instanties binnen de VU.

Wat gebeurt er met een melding

Als je een melding maakt, neemt Rob of Rosanne contact met je op. Er wordt dan gevraagd wat de situatie is en wat je doel van de melding is. Hierna wordt er gekeken wat het team voor je kan betekenen en hoe risicovol de situatie is. Daarna wordt er gekeken naar een plan van aanpak. Hier kunnen leden van het expertteam bij betrokken worden. Soms betekent het een warme overdracht naar een van de externe partijen. Het kan ook nodig zijn om een gesprek aan te gaan met degene die het gedrag vertoont. De regie van de melding blijft altijd bij



de melder, maar de regiehouders kunnen wel adviseren. Indien er een acuut veiligheidsrisico is kan er wel direct gereageerd worden.

Meer informatie vind je op: <https://vuweb.vu.nl/nl/meer-over/studentenwelzijn> > Sociale veiligheid > Veiligheid op de VU > Meldpunt sociale veiligheid



Universiteit van Amsterdam

Bij de UvA is een belangrijke informatiebron die je kan gebruiken als je vragen hebt over sociale veiligheid de webpagina *Sociale Veiligheid: wegwijzer voor studenten*. Onderstaande informatie is een samenvatting van de informatie rondom sociale veiligheid en studentenwelzijn welke via de wegpagina te vinden is. De link: <https://student.uva.nl/content/az/sociale-veiligheid/sociale-veiligheid.html>.

SOCIALE VEILIGHEID

Ongewenst gedrag

Hieronder valt seksuele intimidatie, agressie, geweld, pesten en discriminatie
Contactpersoon: Vertrouwenspersoon ongewenst gedrag, ombudsfunctionaris

Sociaal onveilige of persoonlijke situatie die studie beïnvloeden

Contactpersoon: Studentendecaan

STUDENTENWELZIJN

Psychische klachten naar aanleiding van een sociaal onveilige situatie

Contactpersoon: Studentenpsycholoog

Psychische klachten die het studeren beïnvloeden

Contactpersoon: Studentenpsycholoog

Zorgen en klachten met betrekking tot fysieke en mentale gezondheid

Contactpersonen: studentenartsen

NB: Een afspraak kan alleen gemaakt worden mits je woonachtig bent in Amsterdam en ingeschreven staat bij Bureau Studentenartsen, neem anders contact op met jouw eigen huisarts

CONTACTGEGEVENS INSTANTIES BINNEN DE UVA

Functie	Afspraak maken via	Contactgegevens
<i>Studieadviseur</i>	Afsprakenformulier	Contactgegevens van studieadviseur verschillen per faculteit. Wil je graag een afspraak maken? Kijk dan hoe je een afspraak maakt via de webpagina <i>Studieadviseurs</i> bij jouw faculteit.
<i>Studentvertrouwenspersoon*</i>	Telefoon of e-mail	Per faculteit beschikbaar, zie site voor contactgegevens: https://student.uva.nl/content/az/vertrouwenspersoon/contact/contact.html



<i>Ombudsfunctionaris</i>	Telefoon of e-mail	Jacqueline Schoone Tel: (06)11860520 Mail: ombudsfunctionaris@uva.nl
<i>Studentendecanen</i>	Telefoon of e-mail	Telefonisch spreekuur ma t/m vrij van 09:00-10:00 Tel: (020) 525 1401. Kies in het keuzemenu voor de optie 'Telefonisch spreekuur decanen' Site: https://student.uva.nl/content/az/studentendecanen/contact/contact-studentendecanen.html
<i>Studentenpsychologen</i>	De site	Site: https://student.uva.nl/content/az/psychologen/begeleiding-kosten-en-aanmelding/begeleiding-kosten-en-aanmelding.html# > Individuele afspraak > <i>UvA-student of PhD? Meld je hier aan</i>
<i>Studentenartsen</i>	Bellen	Tel: (0)20 525 2878 of (020) 525 4772

*NB: Je hebt vrije keus tussen vertrouwenspersonen. Je bent dus niet verplicht om een vertrouwenspersoon van je eigen faculteit te benaderen.

AANVULLENDE INFORMATIE ROL EN TAKEN FUNCTIES BINNEN DE UVA

Naast de algemene informatie die voor alle onderwijsinstellingen geldt, heeft de UvA de specifieke taken van verschillende functies en instanties binnen de UvA op de volgende wegpagina's nader toegelicht.

Functie	Rol en taken
<i>Studieadviseur</i>	https://www.uva.nl/shared-content/studentensites/fgw/fgw-gedeelde-content/nl/az/studieadviseurs/studieadviseurs.html
<i>Studentendecanen</i>	https://student.uva.nl/content/az/studentendecanen/studentendecanen.html
<i>Vertrouwenspersonen</i>	https://student.uva.nl/content/az/vertrouwenspersoon/vertrouwenspersoon.html
<i>Ombudsfunctionaris</i>	https://www.uva.nl/over-de-uva/over-de-universiteit/sociale-veiligheid/ombudsfunctionaris/ombudsfunctionaris.html#Meer-informatie
<i>Studentenpsycholoog</i>	https://student.uva.nl/content/az/psychologen/psychologen.html
<i>Studentenarts</i>	https://student.uva.nl/content/az/studentenartsen/studentenartsen.html



CONTACTGEGEVENS INSTANTIES BUITEN DE UVA

Instantie	Contactgegevens	Wanneer contact?
<i>Centrum Seksueel Geweld (CSG)</i>	Site: www.centrumseksueelgeweld.nl Tel: 0800-0800 0188	Seksueel geweld
<i>Politie</i>	Spoed: 112 Geen spoed: 0900-8844	Strafbaar feit
<i>Veilig thuis</i>	Site: www.veiligthuis.nl Tel: 0800-2000	Huiselijk geweld
<i>Jellinek</i>	Site: www.jellinek.nl Tel: 088-505 1220	Alcohol- en drugsverslaving en verslavingszorg
<i>113 zelfmoordpreventie</i>	Site: www.113.nl Tel: 0800-0113	Hevige mentale klachten



Hogeschool van Amsterdam

Heb je als HvA-student hulp nodig en weet je niet waar je terecht kunt? Student Info helpt je verder. Op studentinfo.mijnhva.nl vind je een overzicht van allerlei vormen van hulp en begeleiding die de HvA biedt. Tevens vind je hier de contactgegevens van de verschillende vormen van hulp en begeleiding. Ook vind je er adviezen over uiteenlopende zaken. Bijvoorbeeld hoe je beter kan concentreren, hoe je je studievaardigheden kan verbeteren of hoe je je sociale netwerk kan vergroten. Liever iemand spreken? Kom langs in de Leeuwenburg, bel, app of mail voor een luisterend oor en een doorverwijzing.

STUDENTENWELZIJN

Persoonlijke problemen

Hieronder valt eenzaamheid, studiestress, concentratieproblemen, faalangst, depressie, twijfel over je studie, financiële problemen, en studievertraging

Contactpersoon: Studentendecaan

Functiebeperking

Heb je een functiebeperking of chronische ziekte? De HvA heeft allerlei mogelijkheden om je te helpen. Kijk in de *A-Z-lijst* (<https://student.hva.nl/alle-lijsten/alle-lijsten.html>)

Contactpersoon: Studentendecaan

Fysieke klachten

Contactpersoon: je eigen huisarts of bij het externe Bureau Studentenartsen

NB: afspraak bij Bureau Studentenartsen kan alleen gemaakt worden mits je woonachtig bent in Amsterdam en ingeschreven staat bij Bureau Studentenartsen.

Als je verwacht dat je problemen je studie(voortgang) beïnvloeden:

Contactpersoon: Studentendecaan

Psychische problemen

Contactpersoon: Studentenpsychologen

Als je verwacht dat je problemen je studie(voortgang) beïnvloeden

Contactpersoon: Studentendecaan

SOCIALE VEILIGHEID

Ongewenst gedrag

Hieronder valt seksuele intimidatie, agressie, geweld, pesten en discriminatie

Contactpersoon: Vertrouwenspersoon ongewenst gedrag



CONTACTGEGEVENS INSTANTIES BINNEN DE HVA

Functie	Afspraak maken via	Contactgegevens
<i>Student Info</i>	Niet nodig: bezoek de site of stel je vraag per telefoon, WhatsApp, e-mail of kom fysiek langs.	Tel: (020) 595 1430 WhatsApp: (06) 28 53 35 46 Mail: studentinfo.mijnhva.nl Fysiek: langskomen in de Leeuwenburg.
<i>Studentendecaan</i>	Het digitale afsprakensysteem	Kijk op az.hva.nl onder 'studentendecaan'
<i>Psychologen*</i>	De site van UvA	Site: student.uva.nl/content/az/psychologen/psychologen.html
<i>Bureau Studenten-artsen</i>	Bellen	Tel: (020) 525 2878 Website: www.huisartsenamsterdam.nl
<i>Vertrouwenspersoon</i>	Het digitale afsprakensysteem	Kijk op az.hva.nl onder 'vertrouwenspersoon ongewenst gedrag'.
<i>Voorzieningen studeren met een functiebeperking</i>	N.v.t.	Kijk op az.hva.nl onder 'studeren met een functiebeperking'.

*De UvA en HVA hebben een gezamenlijk team psychologen. Daarom kan je als HVA student via de site van de UvA een afspraak maken.