



EUR Diensten voor Studentenondersteuning

Lightning Quiz

Studentendecanen

Terwijl een studieadviseur je eerste aanspreekpunt voor hulp is op je opleiding, geven studentendecanen begeleiding, informatie en advies op universitair niveau over onderwerpen als je rechtspositie, financiën, studiekeuze en studievoortgang, mantelzorger zijn, problemen met je faculteit, en nog veel meer!



In welk scenario moet je je tot je studieadviseur wenden in plaats van tot een studentendecaan?

- a) Je hebt advies nodig over de inhoud van je opleiding
- b) Je zoekt hulp bij je voorbereiding op de arbeidsmarkt
- c) Je wilt overstappen naar een andere opleiding
- d) Je bent op zoek naar psychologische ondersteuning of ondersteuning op het gebied van je mentale gezondheid

Juist antwoord A

Alleen je studieadviseur kan je helpen met vragen over de inhoud van je studie. Maar zij zullen je natuurlijk niet afwijzen als je andere vragen hebt en kunnen je doorverwijzen naar de juiste dienst(en) :)

Het team van universitaire studieadviseurs bestaat uit veel verschillende professionals: studentenpsychologen, loopbaanadviseurs, vertrouwenspersonen, een team voor studenten met een functiebeperking en meer.

Safe@EUR

Safe@EUR is er om te zorgen voor een veilige omgeving voor EUR-studenten, -medewerkers en -bezoekers. Zij kunnen helpen de juiste richting te bepalen bij het aanpakken en melden van ongewenst gedrag.



Wanneer zou je contact moeten opnemen met Safe@EUR?

- a) Je bent bezorgd dat je klasgenoot racisme ervaart
- b) Je docent maakt ongemakkelijke grappen over studenten in de klas
- c) Je bent geïnteresseerd in diversiteit & inclusie initiatieven
- d) Je bent beschuldigd van ongewenste seksuele avances op een feestje

IDEA Center Student Community
Newsletter



Juiste antwoorden A, B & D

Je kunt contact opnemen met Safe@EUR als je ongewenst gedrag ervaart, bezorgd bent over iemand anders of beschuldigd wordt van ongewenst gedrag.

Voor meer informatie over initiatieven op het gebied van inclusie en diversiteit kun je contact opnemen met het IDEA Center: zij werken aan beleid voor studenten en medewerkers en organiseren gerelateerde evenementen. Meld je aan voor hun nieuwsbrief als je meer wilt weten.

Living Room

De Living Room is een plek op campus Woudestein die toegankelijk is voor alle studenten waar ze kunnen ontspannen, bordspellen spelen, breien, etc., maar waar zij ook kunnen deelnemen aan verschillende activiteiten die gericht zijn op het stimuleren van het welzijn van studenten. Hier vinden studenten ook de Personal Support Hub die dient als informatiepunt voor studentenwelzijn.



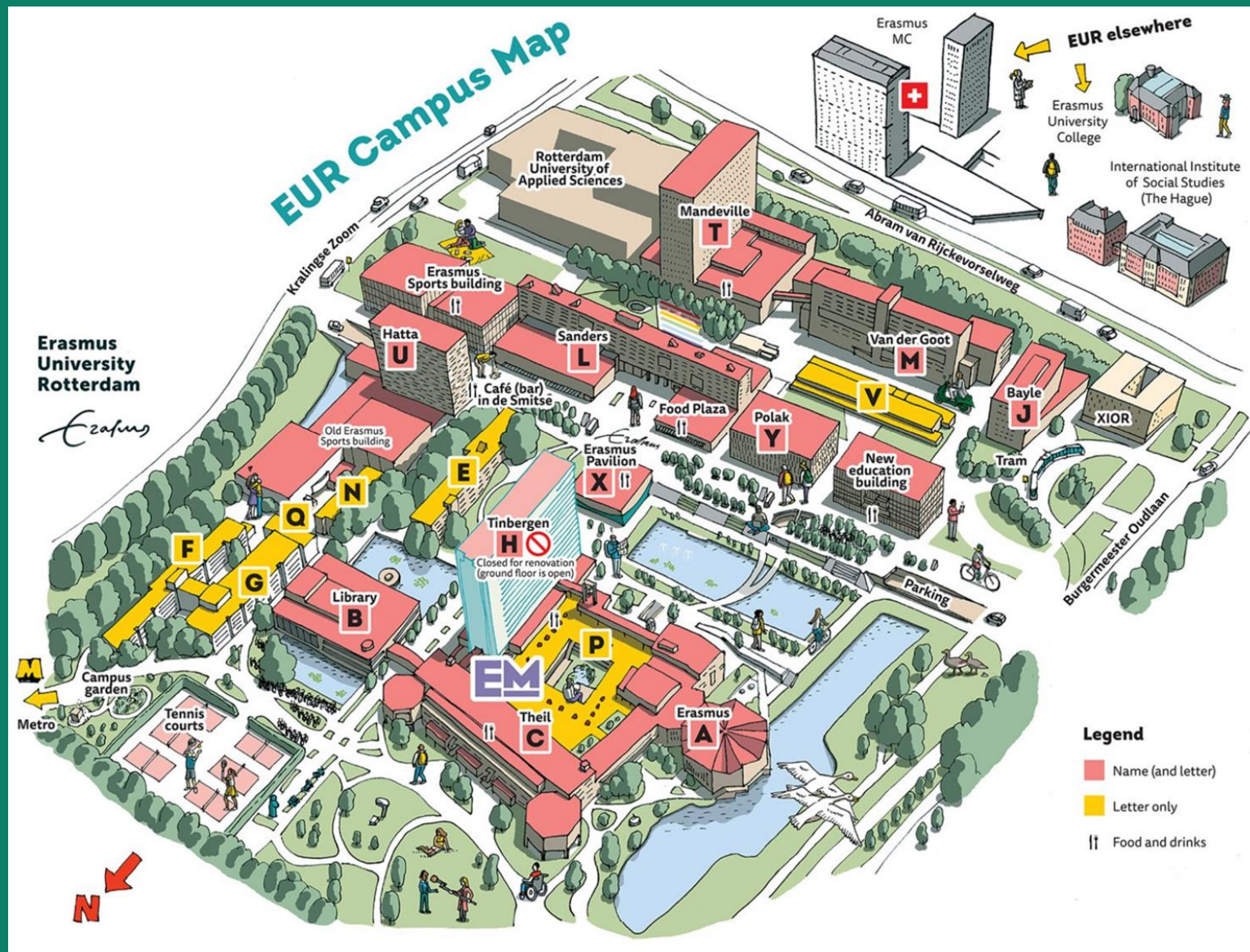
Maak deze zin af: “Het enige dat wordt afgeraden in de Living Room is ...”

- a) Je eigen eten meenemen
- b) Studeren met je laptop
- c) Binnenkomen zonder afspraak
- d) Student hosts lastigvallen met je vragen

Juist antwoord B

De Living Room is de enige plek op de campus die niet bedoeld is om te studeren :) Er is een keuken en er zijn tafels waar je je lunch kunt eten, je kunt naar binnen en naar buiten wanneer je maar wilt (binnen openingstijden), en er zijn altijd getrainde student hosts die al je vragen kunnen beantwoorden.





Waar op campus Woudestein is de Living Room?

Juist antwoord

De Living Room is te vinden op de begane grond van het New Education Building (Langeveld Gebouw) - loop door de hoofdingang helemaal naar achteren, sla rechtsaf en je bent er!



De Personal Support Hub

De Personal Support Hub (PSH) is het belangrijkste informatiepunt voor studenten in de Living Room. Naast informatie over de studentenondersteuning van de EUR, biedt het ook inloopsprekken met professionals en een-op-een-contact over persoonlijke zaken met een van de getrainde student hosts.



Veel professionals bieden consulten aan in de Personal Support Hub. Welke hoort er niet bij?

- a) Loopbaancoach
- b) Geestelijk begeleider
- c) Je studietoelichting
- d) Studentenpsycholoog
- e) Financieel expert

Juist antwoord C

Er is een grote verscheidenheid aan specialisten beschikbaar voor consulten in de Personal Support Hub. Je studieadviseur is echter specifiek voor jouw faculteit - neem direct contact met je studieadviseur op om een afspraak te maken. Tip: zij kunnen je natuurlijk ook helpen bij het vinden van geschikte ondersteuning buiten de faculteit!

Siggie online coaching

Siggie is een van de partners van EUR en biedt online coaching aan. De coaches van Siggie zijn beschikbaar om te helpen met vragen en zorgen over je stemming, angst, stress, eenzaamheid, zelfvertrouwen, slaapproblemen, piekeren en gezondheid.



Wat zijn de voordelen van Siggie?

- a) Je wordt onderdeel van de Siggie studentengemeenschap
- b) Het is gratis voor jou als student
- c) Geen lange wachttijden voor sessies
- d) Je hoeft niet te reizen, het is online beschikbaar

Juiste antwoorden B, C & D

Siggie coaching sessies zijn online beschikbaar, gepersonaliseerd en gratis (zoals alle ondersteunende diensten voor studenten). Dit is een goed alternatief als er lange wachttijden zijn voor hulpverleners op de campus.

Tip: als je contact wilt leggen met medestudenten, ga dan naar de Living Room of overweeg om deel te nemen aan de tweejaarlijkse Student Wellbeing Week.



LifeVersity

LifeVersity biedt EUR-studenten de kans om *soft-skills* te ontwikkelen: leiderschap, spreken in het openbaar, communicatie, netwerken en meer! Deze gratis cursussen zijn beschikbaar op de campus en worden afgerond met een certificaat.

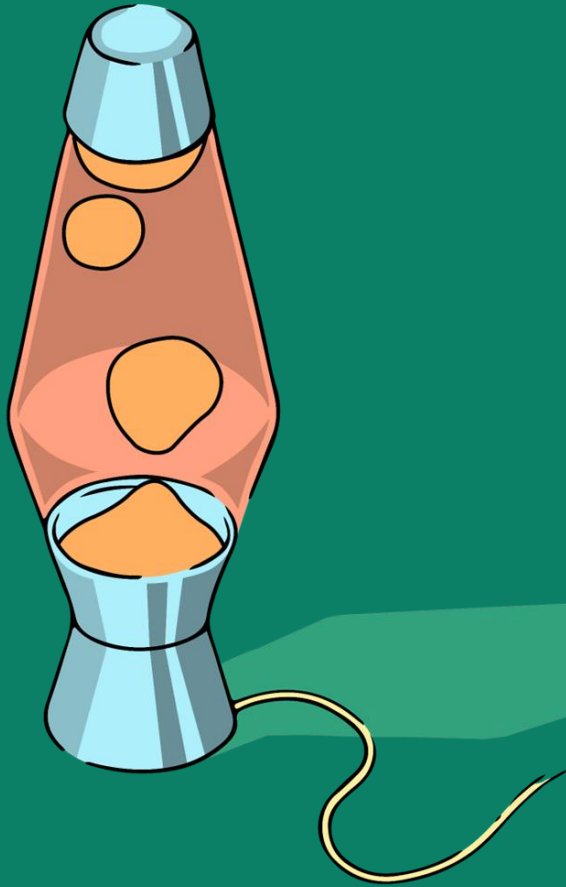
Welke van deze cursussen en masterclasses kun je volgen op LifeVersity?

- a) Public Speaking Fundamentals
- b) Networking & Personal Branding
- c) GenAI Essentials
- d) Productivity & Time Management
- e) Alle bovenstaande

Juist antwoord E

LifeVersity biedt interactieve 6-weekse cursussen in verschillende richtingen: Public Speaking, Career, Well-being, Creativity & Innovation, en Leadership.

Alle cursussen bieden (levens)vaardigheden die studenten helpen in hun toekomst en carrière, naast de studiespecifieke kennis die ze op de universiteit opdoen.



ROOM app

Met wetenschappelijk onderbouwde tools en technieken leert de ROOM app je essentiële vaardigheden om beter om te kunnen gaan met stress en emoties. Verzamel objecten voor je virtuele kamer door korte interactieve oefeningen te doen waarmee je stress kunt verminderen, je stemming kunt verbeteren en de manier waarop je problemen benadert kunt veranderen.

Welke van onderstaande vaardigheden worden aangeboden in de ROOM-app?

- a) Het helpt je de ruis te filteren en je te concentreren op dingen die belangrijk voor je zijn
- b) Je kunt praktische ademhalings- en ontspanningstechnieken leren
- c) Je kunt je inschrijven voor een yogales in het Erasmus Sportcentrum
- d) Je kunt je academische vaardigheden bijspijkeren

Juiste antwoorden A & B

Academische vaardigheden maken geen deel uit van de ROOM-app, maar de vaardigheden om beter om te kunnen gaan met stress en emoties die de app aanleert, kunnen je zowel persoonlijk als academisch helpen. Neem contact op met je studieadviseur voor hulp met academische en studievaardigheden!

En als je mee wilt doen aan een les in het Erasmus Sportcentrum, kun je dat direct daar regelen.

Erasmus
University
Rotterdam

Studying with a functional impairment

www.eur.nl/smf



Team SMF (Studeren met een functiebeperking)

Team SMF ondersteunt studenten met een functiebeperking en maakt beleidsplannen voor deze groep. Ze bieden informatie over voorzieningen, extra faciliteiten, workshops voor zelfontwikkeling en peer coaching.

Welke studentengroepen kunnen een beroep doen op Team SMF? “Studenten met ...”

- a) Burn out, eetstoornis, chronische vermoeidheid
- b) Vragen over seksuele orientatie
- c) Gehoorverlies, beperkt gezichtsvermogen
- d) Autisme, dyslexie, hoogbegaafdheid
- e) Twijfels over studiekeuze

Juiste antwoorden A, C & D

Voorbeelden van groepen die bij Team SMF terecht kunnen zijn studenten met motorische, auditieve en visuele beperkingen, chronische ziekten, mentale gezondheidsproblemen, ontwikkelings-/leerstoornissen en hoogbegaafdheid.

Natuurlijk komt het voor dat deze studenten ook andere vragen hebben, over bijvoorbeeld studiekeuze of seksuele oriëntatie - Team SMF helpt graag, maar de studentendecanen op de EUR zijn een goede plek om te beginnen met dergelijke vragen!



International Office

Het International Office (IO) fungeert binnen de universiteit als expertisecentrum voor internationale studenten en Nederlandse studenten die naar het buitenland gaan. Ze helpen met toelating, oriëntatie & aankomst, uitwisseling, immigratie en andere internationale zaken.

Welke van de volgende beweringen over services van International Office is onwaar?

- a) Het geeft informatie over de Nederlandse gezondheidszorg
- b) International Office kan huisvesting vinden voor nieuwkomers in Rotterdam
- c) Het biedt een app om in contact te komen met medestudenten
- d) Swap Shop in september: nieuwe studenten kunnen gratis spullen ophalen die gedoneerd zijn door studenten

Juist antwoord B

International Office biedt veel praktische informatie, het helpt bij de culturele integratie en het in contact komen met medestudenten, maar *het kan niet zorgen voor huisvesting*. Op een paar uitzonderingen na is het vinden van woonruimte de verantwoordelijkheid van de student. International Office biedt echter wel veel tips en begeleiding voor internationale studenten over waar en hoe te beginnen met zoeken!



Bedankt voor het spelen!

If you're struggling, stuck or blue,
EUR support services are here for you!