

STAPPENPLAN STILTERUIMTES

Willen jullie dat er op school een stilteruimte komt? Kijk dan eens naar dit stappenplan!

1

VERZAMEL REDENEN

- Verzamel redenen waarom stilteruimtes voor veel studenten belangrijk zijn. Bijvoorbeeld om te bidden, mediteren, uitrusten of om te ontspannen.
- Vraag ook aan andere studenten of zij dit belangrijk vinden en waarom? Dit kan je bijvoorbeeld onderzoeken met een vragenlijst!

2

SCHRIJF EEN PLAN

- In jullie plan geef je aan waarom een stilteruimte nodig is, hoe de ruimte eruit moet komen te zien, wat er nodig is en hoe jullie dat samen gaan regelen. Denk daarbij aan verschillende mogelijkheden zoals een wastafel, ligstoel of bank en met dimbare verlichting. Zo heb je alvast wat ideeën waarover je in gesprek kan gaan met het College van Bestuur.

3

VERZAMEL STEUN EN TIPS

- Vraag zo veel mogelijk medestudenten, maar ook docenten of andere medewerkers op school, of ze jullie initiatief willen ondertekenen. Dit zou bijvoorbeeld met een petitie kunnen.

4

VRAAG EEN GESPREK AAN MET HET BESTUUR

- Stuur het plan naar het College van Bestuur en wacht op een reactie om een gesprek in te plannen.

GESPREK MET HET BESTUUR

- Wanneer jullie uitgenodigd worden voor een gesprek, bereid dit dan goed voor! In de toolkit staan tegenargumenten die jullie van het schoolbestuur kunnen verwachten, maar ook argumenten die jullie kunnen gebruiken.
- Jullie kunnen ook een aantal studenten uitnodigen voor het gesprek om uit te leggen waarom een stilteruimte voor hen belangrijk is.
- Heb het met het bestuur over de mogelijkheden die er zijn en hoe jullie samen ervoor kunnen zorgen dat er een stilteruimte komt.

JA

ER KOMT EEN STILTERUIMTE

Was het bestuur enthousiast? TOP.

- Let erop dat de stilteruimte voor alle studenten toegankelijk, vindbaar en bruikbaar is.
- En voldoet de stilteruimte aan de andere eisen en wensen die je bij stap 1 hebt opgehaald bij medestudenten?

NEE

HET IS NOG NIET GELUKT

Dien een initiatiefvoorstel in.

- Verwerk hierin waarom het nodig is om een stilteruimte te hebben op school. Gebruik hierin ook de steun van mede studenten en medewerkers die eerder is opgehaald.
- Pas het plan aan zodat de tegenargumenten van het College van Bestuur weggenomen kunnen worden.
- Het College van Bestuur is verplicht om binnen een bepaalde termijn te reageren op het initiatiefvoors tel met redenen waarom ze wel of niet akkoord gaan met het initiatief.

REAGEREN OP VEELGEBRUIKTE ARGUMENTEN



Jij hebt een gesprek geregeld met jouw College van Bestuur, goed gedaan! Het is handig om je hierop goed voor te bereiden. Niet alleen door je eigen argumenten op een rijtje te zetten, maar ook door na te denken over welke problemen jouw College van Bestuur misschien zal zien. En hoe je die bezwaren kunt wegnemen.

1

MAAR... HET KOST TE VEEL GELD

Vraag aan het bestuur welke kosten er volgens hen precies bij komen kijken. Je kunt aanbieden om samen een begroting te maken. Kijk daarbij naar het verschil tussen eenmalige kosten (zoals een fijne stoel aanschaffen) en structurele kosten (zoals schoonmaakkosten). Er zijn allerlei potjes geld beschikbaar die het bestuur zou kunnen gebruiken, zoals het Landelijk Kader Studentenwelzijn (alleen voor hbo en wo), misschien kan er gebruik gemaakt worden van het mbo studentenfonds (alleen op het mbo) of misschien wil de gemeente bijspringen.

Daarnaast is het slim om te kijken naar wat de stilleruimte oplevert, bijvoorbeeld als het gaat om het welzijn, de stresslevels en de energie van studenten. De mogelijkheid om te rusten kan ertoe leiden dat studenten minder stress ervaren, zich meer thuis voelen en zelfs minder studievertraging oplopen.

En tot slot: kun je een low-budget variant verzinnen? Waarbij de écht fijne stoelen bijvoorbeeld nog niet worden aangeschaft, maar er wél alvast een ruimte beschikbaar wordt gesteld met een bank uit een andere ruimte.

2

MAAR... ER IS NIEMAND DIE DE RUIMTE KAN BEHEREN

Geef aan dat je begrijpt dat het belangrijk is voor het bestuur dat de ruimte netjes blijft. Maar dit geldt in principe voor elke ruimte op school. Geef aan dat je niet verwacht dat er misbruikt gemaakt wordt van de ruimte en dat deze ruimte net zo beheerd kan worden als andere ruimtes door het personeel en de schoonmaakdienst van de school.

Het helpt als er in de ruimte een prullenbak aanwezig is. En je kunt een briefje ophangen, waarin je aangeeft dat de stilleruimte alleen werkt als iedereen 'm netjes houdt.

3**MAAR... WE HEBBEN NIET
GENOEG RUIMTE OP SCHOOL**

Kijk met het bestuur of je creatief gebruik kunt maken van de ruimte die er is. Bijvoorbeeld door ruimtes die vaak leegstaan meerdere functies te geven (kantoor, vergaderruimte), en zo een vaste stillteruimte vrij te spelen. Of misschien is het mogelijk om een gedeelte van een stille studieruimte af te schermen, bijvoorbeeld met akoestisch meubilair.

5**MAAR... WE WETEN NIET OF
SCHOLIEREN/STUDENTEN
HET WEL DAADWERKELIJK
GAAN GEBRUIKEN**

Voordat je in gesprek gaat met het College van Bestuur is het goed om zo veel mogelijk mensen achter je te krijgen en de behoefte van studenten en medewerkers in kaart te brengen. Dit kan door middel van een onderzoek (vragenlijst) of met een petitie. De resultaten hiervan kunnen jullie meenemen naar het gesprek. Hiermee kun je aantonen dat er behoefte is aan een stillteruimte. Stel ook voor om bij te houden of mensen er gebruik van maken en wat ze van de stillteruimte vinden als die er komt. Bijvoorbeeld door een QR code in de ruimte te plaatsen waarmee studenten feedback kunnen achterlaten.

4**MAAR... WE ZIJN BANG VOOR
ONGEWENST GEDRAG IN DEZE
RUIMTES: RADICALISERING
OF INTIMITEIT**

Natuurlijk wil het bestuur dat de stillteruimte een veilige ruimte is voor iedereen en dat 'ie alleen gebruikt wordt zoals bedoeld. Overleg over hoe je de ruimte en het beheer zo kunt inrichten dat de kans op incidenten zo klein mogelijk is. Bijvoorbeeld door regelmatig in contact te staan met studenten die gebruik maken van de ruimte of te kiezen voor specifiek meubilair.

CONCEPTVOORSTEL VOOR JOUW BESTUUR

Hieronder vind je een invulbrief die je kunt versturen aan het bestuur van jouw onderwijsinstelling (de schooldirectie of het College van Bestuur). Kijk op de website van jouw onderwijsinstelling welke bestuurder zich bezighoudt met onderwerpen zoals diversiteit & inclusie, welzijn of sociale veiligheid. De naam van die bestuurder kun je invullen bij de aanhef.

Beste [...],

De studenten van **[de naam van je onderwijsinstelling]** willen graag méér stilteruimtes op de instelling. Voldoende en toegankelijke stilteruimtes zorgen ervoor dat studenten zich welkom voelen op de onderwijsinstelling. Het is voor studenten belangrijk om een plek te hebben om te bidden, mediteren, tot rust te komen, of in een hygiënische ruimte medicatie te kunnen toedienen. De mogelijkheid om te los te komen van drukte en stress binnen de school en een moment van bezinning te hebben kan de concentratie en focus verbeteren. Dit kan de prestaties van studenten verbeteren, maar zal vooral een positief effect hebben op het (mentale) welzijn van studenten.

Een stilteruimte moet geschikt zijn voor gebed, meditatie, rust en ontspanning. Hier kunnen verschillende faciliteiten bij horen zoals bijvoorbeeld een wassingsmogelijkheid, dimbare verlichting en/of rustplekken. Graag gaan we met u en met studenten in gesprek om in kaart te brengen welke faciliteiten er voor hun nodig zijn in een stilteruimte. Vervolgens willen we samen kijken welke mogelijkheden er zijn om deze stilteruimtes in te richten.

We nodigen u graag uit om op korte termijn in gesprek te gaan over de vraag waar en op welke manier we dit kunnen realiseren. Kan dat bijvoorbeeld op **[datum]** of **[datum]**?

Ondertekend door de studentenraad.

De oproep om méér stilteruimtes wordt ondersteund door de volgende organisaties.

Lees hun gezamenlijke manifest [hier](#).

