



Contactinformatie



John van den Oord
Projectleider
j.vandenoord@meewering.nl
06 – 39 11 05 88



Raoul van der Wel
Projectleider
r.vanderwel@meewering.nl
06 – 53 45 02 58

MEE & de Wering

James Wattstraat 5 | 1817 DC Alkmaar
Correspondentieadres:
Postbus 230 | 1800 AE Akmaar

Tel. 088 - 00 75 000
www.meewering.nl



Sport werkt!

In zes weken naar een gezonde en actieve leefstijl.
Klaar voor de volgende stap richting een (betaalde) baan
of opleiding.

Tel. 088 - 00 75 000
www.meewering.nl





In zes weken naar een actievere levensstijl

Zes weken lang (vier dagdelen per week) werken de deelnemers aan een gezondere en actievere leefstijl. Dit doen ze onder meer door clinics en workshops zoals:

- Sportclinics met professionals
- Workshop Gezonde voeding en koken
- Workshop Solliciteren en presenteren
- Training Sociale vaardigheden en zelfvertrouwen versterken
- Workshop Omgaan met geld
- Gesprekken met ondernemers om de toekomst te bespreken



Door Sport werkt! stappen richting werk gezet

Één van de succesverhalen van Sport werkt! is Jurgen. De 33-jarige deelnemer zat voor het project al even thuis en wilde graag weer aan de slag. 'Door dit project heb ik weer een dagritme gekregen en voelde ik me nuttig. Thuis had ik ook genoeg te doen hoor, daar niet van, maar nu heb ik stappen kunnen zetten richting een betaalde baan.

"Naast het leuke sportprogramma waren de thema's van de workshops interessant. Van de bijeenkomsten over omgaan met geld en gezonde voeding heb ik veel geleerd. Thuis koken is nu bijvoorbeeld een stuk leuker geworden", aldus Jurgen.

'Mijn motivatie om te slagen is enorm en met dit project heb ik de juiste stappen richting een betaalde baan gezet. Door Sport werkt! ben ik al verder op de goede weg. Nu is het aan mij om door te gaan!'

Doel en resultaten van Sport werkt!

Het doel van het project is om deelnemers door te laten groeien naar een (betaalde) baan, vrijwilligerswerk of opleiding. Het project is in 2017 in acht gemeenten gestart.

Één van de belangrijkste resultaten is dat 80% van de deelnemers aan het eind van het traject beter in staat is om zelfstandig oplossingen te vinden. Ze geven aan dat dit onder meer komt door het samen sporten, het samen koken en door de ondersteuning van MEE & de Wering.

Alle deelnemers geven aan dat hun zelfvertrouwen gegroeid is. De deelnemers worden door de betrokken medewerkers op positieve wijze benaderd en ondersteund. Daardoor durven deelnemers successen te vieren en zijn ze trots op wat ze bereiken. En door de gesprekken met ondernemers worden deelnemers ook uitgedaagd om zichzelf te presenteren.

Informatiemap

Deelnemers krijgen een informatiemap mee over de behandelde onderwerpen bij de trainingen en workshops. Zodat ze alles nog eens rustig kunnen nalezen. Dit zorgt ervoor dat de kennis beter blijft hangen.

Tijdens het traject wordt de opgedane kennis getoetst en wordt indien nodig opnieuw besproken en aangescherpt.

De deelnemers hebben aan het eind van het project allemaal een positieve ontwikkeling hebben doorgemaakt!

Samenwerking biedt mogelijkheden

Door de onafhankelijke positie van MEE & de Wering als cliëntondersteuner kunnen we een integrale aanpak bieden vanuit onze eigen expertise en in samenwerking met verschillende partijen. Door deze integrale aanpak kunnen deelnemers stappen zetten op meerdere vlakken.

We ondersteunen bij:

- (Verstandelijke) beperkingen en belemmeringen
- Psychosociale beperkingen
- Fysieke beperkingen
- Gedragsproblematiek
- Multi problematiek
- Chronische beperkingen
- Voeding en gezondheid
- Schuldenproblematiek
- Omgaan met collega's
- Sociale hygiëne

Sport werkt!! start in 2018 in meerdere gemeenten. Benieuwd waar en naar de startdata? Of heeft u vragen of ook interesse om aan te sluiten? Aarzel dan niet om contact met ons op te nemen.

Kijk op de achterzijde voor contactinformatie.