

Mijn stijl 12+

De training Mijn Stijl 12+ is een sociale vaardigheidstraining voor jongeren van 12 t/m 16 jaar. De training bestaat uit 8 wekelijkse bijeenkomsten van 1.5 uur en een terugkomavond.

De volgende vaardigheden komen o.a. aan bod:

- Praten en luisteren
- Houding
- Voor je mening opkomen
- Omgaan met kritiek
- Grenzen aangeven
- Omgaan met andere jongeren

Doordat de training in groepsverband is, kun je veel van elkaar leren. Veel oefeningen worden gedaan aan de hand van rollenspelen. Hierdoor ervaar je zelf hoe jij zou reageren op bepaalde situaties en kun je de dingen die je leert meteen toepassen in de praktijk.

De kosten voor deelname aan de training zijn €35,00.

Aanmelden

De training wordt op verschillende momenten aangeboden. Voor meer informatie of aanmelden kun je contact opnemen met Ilse de Jongh van Welzijn Eindhoven, via (040) 219 33 00 of i.d.jongh@welzijneindhoven.nl

Mijn Stijl 17+

De training Mijn Stijl 16+ is een assertiviteitstraining voor jongeren tussen de 17 en 23 jaar.

De training bestaat uit 8 wekelijkse bijeenkomsten van 2 uur en een terugkomavond.

De volgende vaardigheden komen o.a. aan bod:

- Luisteren
- Contact leggen
- Complimenten geven en ontvangen
- Uiten van kritiek en kwaadheid
- Reageren op kritiek en kwaadheid
- Opkomen voor je mening
- Grenzen aangeven

Doordat de training in groepsverband is, kun je veel van elkaar leren. Veel oefeningen worden gedaan aan de hand van rollenspelen. Hierdoor ervaar je zelf hoe jij zou reageren op bepaalde situaties en kun je de dingen die je leert meteen toepassen in de praktijk.

De kosten voor deelname aan de training zijn €35,00.

Aanmelden

De training wordt op verschillende momenten aangeboden. Voor meer informatie of aanmelden kun je contact opnemen met Ilse de Jongh van Welzijn Eindhoven, via (040) 219 33 00 of i.d.jongh@welzijneindhoven.nl

Girlz Only

Wil je op een leuke en creatieve manier leren krachtiger te worden en jezelf te beschermen tegen ongewenste ontwikkelingen in je leven? Heel goed! Want daardoor word je weerbaar en zelfbewust. En zo voorkom je dat je (opnieuw) in vervelende situaties of misbruikrelaties terecht komt. Bij de meidengroep Girlz Only word je sterker.

De Powercourse

Girlz Only is een weerbaarheids training voor meiden van 12 tot 20 jaar. Tijdens twaalf bijeenkomsten van twee uur leer je samen met andere meiden grenzen aangeven, risico's herkennen en opkomen voor jezelf. Ook krijg je voorlichting over gevaren van internet, jongens, seksualiteit, loverboys en relaties. Zelfvertrouwen, bewustwording en positieve kracht staan centraal. Natuurlijk is de cursus met jonge meiden ook leuk; de drempel om mee te doen is laag en onze werkwijze is creatief.

Meer informatie en aanmelden

Girlz Only vindt plaats in jongerencentrum Dynamo en is een samenwerking tussen Welzijn Eindhoven en stichting Neos. Aanmelden kan het gehele jaar door, er draaien 3 groepen per jaar. Neem contact op met Welzijn Eindhoven via (040) 219 33 00 of info@welzijneindhoven.nl

Jongeren En Poen (JEP)

Jongeren tussen de 16 en 23 jaar die (dreigende) financiële problemen hebben kunnen bij JEP terecht. Samen met de jongeren werken zij aan het omgaan met financiën en schulden. Ook is er aandacht voor het oplossen van andere problemen die daarmee te maken kunnen hebben.

Individuele hulp

JEP kan helpen bij het op orde brengen van financiën en het leren omgaan met geld. Ook kunnen ze samen met de jongeren een plan maken hoe ze uit de schulden kunnen komen. Er zijn maximaal 20 gesprekken.

Workshops

Naast deze begeleiding geven zij ook workshops aan jongeren. Ze geven informatie en leren jongeren hoe ze kunnen voorkomen om in de problemen te komen met geld. De workshops zijn 1 of 2 dagdelen en worden het hele jaar door gegeven.

Voorlichting

Ten slotte geven zij ook voorlichting aan jongeren en/of intermediairs.

Hun doel daarbij is:

- De doelgroep bewust maken van de leefwereld van jongeren en de daarbij komende financiële problemen.
- Het bekendmaken van de doelgroep met het aanbod vanuit JEP (workshops en begeleiding).
- De doelgroep bekend maken met middelen/mogelijkheden tot het verkrijgen van een gezonde financiële huishouding en verleidingen en druk van buitenaf beter leren herkennen.

Meer informatie of aanmelden

Voor meer informatie of aanmelden kun je contact opnemen via (06) 27 32 94 72 of jep@welzijneindhoven.nl.