

CARE2CARE – OUR VOICE



Funded by
the European Union

Erasmus+
Enriching lives, opening minds.

INHOUD

Welkom	1
Wie zijn we?	2
Wat is Our Voice?	6
Our Voice training	9
Lokale Activiteiten	20
Spelvormen, tools, methodes	26
Feedback	37
Contact	40

Deze publicatie is geproduceerd in het kader van het Erasmus+ project Care2Care.

Actietype: Samenwerkingsverbanden op het gebied van jeugd
Project ID: 2022-2-HU01-KA220-YOU-000096823

:

Auteurs:

Parents' House Stichting (Hongarije)

Asociatia Pro Agriensis Stichting (Roemenië)

De Stuyverij vzw (België)

Kommunio Stichting (Hongarije)

CCOPYRIGHT EN UITGEVER:

PARENTS' HOUSE FOUNDATION

8089 VÉRTESACSA, ADY ENDRE UTCA 10., HONGARIJE

[HTTPS://TEGYELJOT.HU/](https://tegyeljot.hu/)

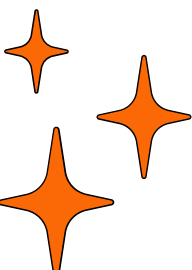
SZULOKHAZA@SZULOKHAZA.HU

2024



Funded by
the European Union

Deze publicatie is geproduceerd met steun van de Europese Unie. De inhoud weerspiegelt uitsluitend de mening van de auteurs en de Europese Commissie kan niet verantwoordelijk worden gehouden voor enig gebruik dat van de informatie hierin wordt gemaakt.



Hallo,



dit is Our Voice!

Care2Care - Our Voice is een Erasmus+ internationaal project dat sociale inclusie wil bevorderen door 24 jongeren in zorg de kans te geven om hun stem te laten horen. We werken samen met vier organisaties uit drie landen om deelnemers van 16-20 jaar op te leiden tot 'peer' helpers, hen in staat te stellen hun jongere leeftijdsgenoten te ondersteunen in hun lokale gemeenschappen. Tijdens het project reisde het internationale team van jongeren naar Hongarije, Roemenië en België om deel te nemen aan een trainingsweek. Na afloop van de internationale training kreeg elke jongere de kans om wat ze geleerd hadden in de praktijk te brengen in hun lokale omgeving.

Ons doel is om het zelfvertrouwen en de eigenwaarde van de betrokken jongeren te vergroten, en om een gevoel van verbondenheid en participatie in de bredere gemeenschap te bevorderen.

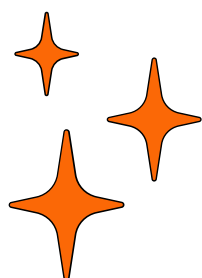
De beschermheer van het programma is Dr. Dénes Kemény, de oprichter van de Parents' House Stichting.



Dr. Dénes Kemény was 15 jaar lang de trainer en voorzitter van het driemaal Olympisch gouden Hongaarse Herenteam Waterpolo en tevens voorzitter van de Hongaarse Waterpolo Federatie tot 2018.

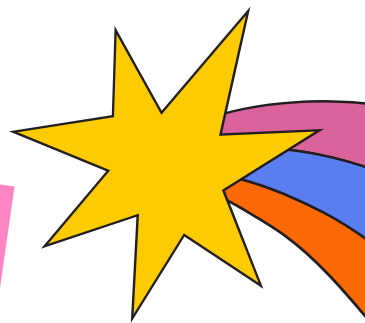
Dit boekje bevat details over het project, de structuur van onze training en een inzicht in de lokale activiteiten die door jongeren zijn uitgevoerd. We hebben ook de tools, methoden en technieken die we tijdens de internationale trainingsweken en lokale activiteiten hebben gebruikt, verzameld.





Wie zijn

wij?



Het Care2Care – Our Voice project wordt uitgevoerd door twee organisaties in Hongarije, één in België en één in Roemenië.

PROJECTCOÖRDINATOR:

Parents House Stichting (Hongarije)

Parents House is een complex gezin ondersteuningsprogramma, een sociale onderneming, die in 2007 is gelanceerd door Judit Regős, een expert in sociaal beleid en gezinsbegeleiding.

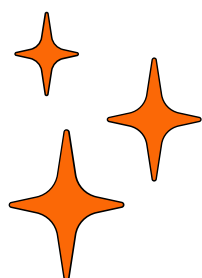


Het programma speelt in op de maatschappelijke behoefte om het welzijn van kinderen van alle leeftijden te beschermen en gevoelig te zijn voor de bredere familie-, sociale en gemeenschapsomgeving. Het programma wordt nu uitgevoerd als een burger franchise met als doel het ondersteuningsproces voor gezinsvorming en sociale integratie van gezinnen uit verschillende sociale achtergronden te bevorderen.

De opvoedingsondersteuning methodiek werd in 2012 door de Eurofound Foundation van de Europese Unie bekroond als Best Practice en in 2014 opgenomen in de Good Practice van de Wereldbank.

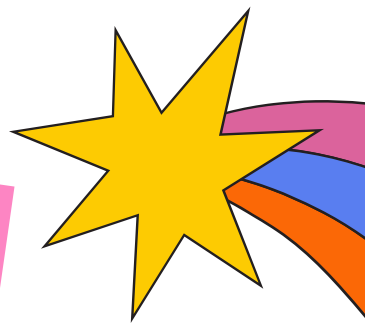
In 2018 adviseerde de Wereldbank een partnerschap met de regering van Ghana om het programma aan te passen. Dit werd in 2019 gevolgd door een soortgelijk partnerschap met de regering van Marokko.

In 2015 richtte Dr. Dénes Kemény de Parents House Stichting op met de bedoeling de principes en doelen van het Parents House programma verder te vertegenwoordigen in een organisatorische vorm. De stichting biedt hulp aan kinderen in de staatszorg en kansarme gezinnen. De stichting biedt effectieve ondersteuning aan kinderen, jongeren en gezinnen in moeilijke omstandigheden door middel van het aanbieden van gespecialiseerde vaardigheidsontwikkeling, sport, kunst en gemeenschap evenementen, die hun integratie in de sociale structuur van gezinnen uit meer welgestelde achtergronden vergemakkelijken. Het programma bevordert zo vrijwilligerswerk, sociale bewustwording en draagt effectief bij aan het verminderen van vooroordelen.



Wie zijn

wij?



PROJECTPARTNERS:

Asociatia Pro Agriensis (Roemenië)

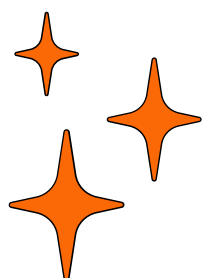
Asociatia Pro Agriensis is een Roemeense gemeenschapsorganisatie. Ons doel is om de culturele en spirituele groei van plattelandsgemeenschappen te bevorderen en de lokale gemeenschappen te versterken.



Wij organiseren culturele evenementen zoals volksdansfestivals, traditionele vieringen en lokale bijeenkomsten, die bijdragen aan het behoud van tradities en identiteit. Daarnaast leggen we grote nadruk op onderwijs en kennisopbouw door een scala aan educatieve programma's en cursussen aan te bieden aan lokale gemeenschappen.

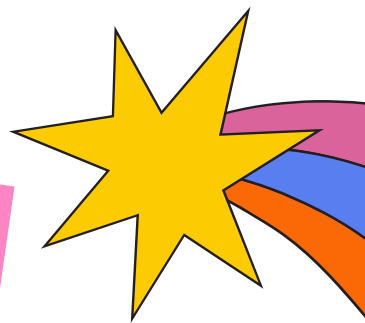
Het bevorderen van gemeenschap cohesie en solidariteit is een prioriteit voor ons. We ondersteunen verschillende liefdadigheid programma's en initiatieven om degenen met minder kansen te helpen en werken samen met lokale en internationale organisaties om gemeenschappelijke doelen te bereiken.

Onze vereniging is toegewijd aan het bevorderen van samenwerking binnen de gemeenschap en het bevorderen van cultuur. Wij zetten ons in voor het welzijn en de toekomstperspectieven van jongeren in kindertehuizen en helpen hen obstakels te overwinnen en hun volledige potentieel te bereiken. Het is cruciaal voor ons dat hun stemmen worden gehoord, niet alleen omdat ze opgroeien in achtergestelde omstandigheden, maar ook omdat velen van hen moeite hebben om de moedertaal van hun land te leren.



Wie zijn

wij?



PROJECTPARTNERS:

De Stuyverij (België)

"De Stuyverij vzw is een openbaar 'laboratorium' dat de Stuyfplek-methode heeft ontwikkeld op basis van eigen experimenten, bevindingen en ervaringen."



Van authentieke nieuwsgierigheid naar gepassioneerd ondernemerschap

De Stuyverij is een netwerk van lokale plekken: speciale plekken in dorpen en steden. Deze plekken zijn er voor jou om jezelf te ontwikkelen, deel te nemen aan Stuyf-sessies (kleine sociale experimenten), een kop koffie te drinken, andere mensen te ontmoeten, samen te eten en zelfs te overnachten.

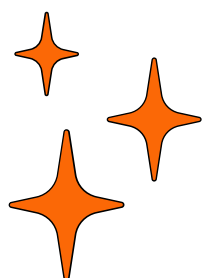
Onze deuren staan open voor iedereen – alleenstaanden, ouders, kinderen, grootouders, ondernemers, kunstenaars en zoekenden.

Een 'Stuyverij' is een geweldige plek om nieuwe mensen en ideeën te ontmoeten en een frisse kijk te krijgen op je huidige omgeving of vriendenkring. Je kunt in volledige veiligheid en vriendschap verbinden, leren en ervaringen uitwisselen met anderen als je dat wilt.

Van solo naar een netwerk

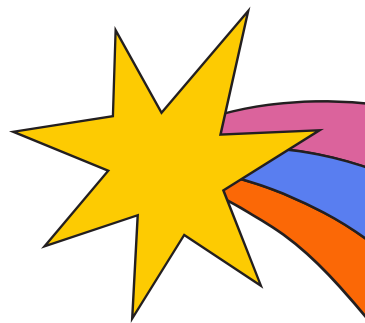
Als je deelneemt aan een Stuyverij, krijg je ook toegang tot een heel netwerk van mensen. Een netwerk van mensen met kennis, ervaring, ideeën en aanvullende netwerken. Mensen die elkaar willen helpen en de wereld een betere plek willen maken. Mensen die graag nieuwe kansen willen creëren. Dit maakt onze omgeving zo'n inspirerende en fascinerende biotoop.

"Dit is hoe ons basisconcept is geëvolueerd: burgers letterlijk en figuurlijk een ruimte bieden waar ze oplossingen kunnen bedenken en ontwikkelen voor hun persoonlijke en maatschappelijke uitdagingen. Dit leidt tot bottom-up, individuele en collectieve innovatie. "Dit is de essentie van De Stuyverij" - Eefje Cottenier, Oprichter.



Wie zijn

wij



PROJECTPARTNERS:

Kommunió Foundation (Hongarije)

Het primaire doel van de Kommunió Stichting is om wetenschappelijke, onderzoeks- en educatieve activiteiten op het gebied van openbare administratie te ondersteunen. Om de genoemde doelen te bereiken, houdt de stichting zich bezig met de volgende activiteiten:



- Onderzoek en analyse
- Productie van professionele materialen
- Uitgave van een wetenschappelijk tijdschrift
- Training voor de publieke sector
- Organiseren van conferenties
- Advies bij aanbestedingen
- Bevordering van de professionele ontwikkeling van jonge onderzoekers
- Fondsenwerving
- Ondersteuning van onderzoekers met beurzen

Om haar doelen te bereiken, werkt de stichting samen met maatschappelijke organisaties met vergelijkbare doelen, de centrale overheid en lokale autoriteiten.

De Kommunió Stichting beheert het Parents House Familiecentrum en Dagcentrum in Győr. Daarnaast coördineert zij een lokale 'Ondersteuningscirkel' in Győr, die de samenwerking faciliteert tussen vrijwilligers gezinnen en marktactoren die geïnteresseerd zijn in het ondersteunen van instellingen voor kinderbescherming en gezinsondersteuning. De Ondersteuningscirkel is gekoppeld aan het 'Doe Goede Dingen!' programma van het Parents House, dat kinderen en jongeren in zorg en gezinnen in moeilijke omstandigheden ondersteunt, voornamelijk door middel van ervaringsgerichte activiteiten en fondsenwervingsinitiatieven.



Het Erasmus+ programma biedt mogelijkheden voor samenwerkingsverbanden op het gebied van jeugd, waarmee deelnemende organisaties ervaring kunnen opdoen in internationale samenwerking, hun capaciteit kunnen vergroten en innovatieve methoden kunnen leren en ontwikkelen. <https://erasmus-plus.ec.europa.eu/programme-guide/part-b/key-action-2/cooperation-partnerships>

Wij hebben deze kans benut toen we begonnen met het ontwerpen en uitvoeren van het 21 maanden durende Care2Care-project. Ons doel was om een oplossing te ontwikkelen die jongeren met minder kansen in staat stelt deel te nemen aan het Erasmus+ programma en de vaardigheden die ze hebben opgedaan, in hun lokale gemeenschappen te gebruiken.

Het project werkt met jongeren in zorg: mensen die zijn opgegroeid in pleeggezinnen of tehuizen en die binnenkort hun onafhankelijke volwassen leven beginnen. Ons doel was om deze doelgroep een ervaring te bieden die een transformatieve impact op hun leven zou hebben, zodat ze op de lange termijn kunnen floreren.

Onze ervaring heeft aangetoond dat, hoewel er veel uitzonderlijke kansen beschikbaar zijn via Erasmus+, sommige jongeren deze niet kunnen benutten vanwege een gebrek aan informatie, ondersteuning of vaardigheden.

Vaak zijn het die jongeren die anders zeer moeilijk internationale ervaring zouden kunnen opdoen en hun vaardigheden ontwikkelen, en wiens leven enorm zou kunnen profiteren van deze programma's, die deze kansen mislopen.



OUR VOICE

In het kader van ons partnerschap was ons doel om een trainingsprogramma te ontwikkelen dat:

- gevoelig reageert op de uitdagingen en leefsituaties van jongeren die in zorg zijn opgegroeid
- sterk voortbouwt op het potentieel van informeel leren
- de wereld opent voor jongeren
- een ondersteunende, accepterende, internationale gemeenschap voor jongeren biedt
- kennis biedt die in het echte leven kan worden gebruikt
- de ontwikkeling van het zelfvertrouwen en het zelfbeeld van jongeren ondersteunt
- een gevoel van erbij horen bevordert en
- de voordelen van taalverwerving benadrukt.

We hebben een driedaagse training voor jongeren uitgevoerd. Het doel van de training was om de vaardigheden van de deelnemers zowel individueel als collectief te verbeteren, zodat ze aan het einde van het driedaagse programma de kennis en het vertrouwen hadden om programma's voor hun jongere leeftijdsgenoten als peer facilitators te faciliteren.



Als individuen stelden we het doel voor jongeren om hun eigen stem te vinden en de zaken en doelen waarvoor ze zich kunnen inzetten. Dit proces heeft hen geholpen om zelfbewuster te worden, een positief zelfbeeld op te bouwen en hun eigen manier van uiten te ontwikkelen.

In groepen concentreerden we ons op het ontwikkelen van vaardigheden in samenwerking, communicatie, conflictbeheersing en emotionele regulatie. We wilden jongeren laten zien dat ze talenten en potentieel hebben waarvan ze misschien niet eens wisten dat ze het bezaten.

HET PROJECT HEEFT ONS DE MOGELIJKHEID GEGEVEN OM:

- jongeren rechtstreeks te betrekken en te ondersteunen
- een innovatieve en spannende trainingsmethode te ontwikkelen en te testen
- ervaring op te doen in internationale samenwerking op organisatieniveau
- organisaties en instellingen in het veld te inspireren
- nieuwe vaardigheden en kennis op organisatieniveau te ontwikkelen
- de belangen van jongeren met minder kansen binnen het Erasmus+ programma te bevorderen.



Our Voice

training

Om ons voor te bereiden op de internationale trainingsweken, stelden we een werkgroep samen van twee personen per organisatie.

SAMEN HEBBEN WE

...De kinderscherming systemen in de drie deelnemende landen leren kennen

...Lokale behoeften, eisen, uitdagingen en goede praktijken verkend

...De gemeenschappelijke kenmerken van onze doelgroep over de landsgrenzen heen geïdentificeerd

...Gezamenlijke professionele benadering principes opgesteld

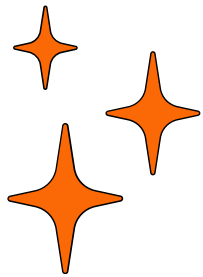
...Criteria voor de selectie van deelnemers gedefinieerd

...Het trainingsmateriaal voorbereid

EN OP BASIS VAN DIT

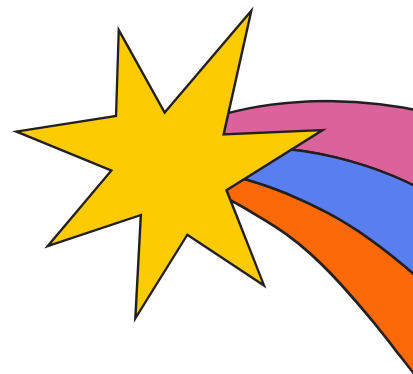
**HEBBEN WE HET ONTWERP VAN DE
DRIE WEKEN-DURENDE TRAINING VOORBEREID**

De werkgroep hield wekelijkse online vergaderingen om de training te ontwikkelen. Er werden verschillende middelen, tools en ideeën verkend.



Onze

aanpak



DE TRAUMA-GEÏNFORMEERDE AANPAK WAS DE BELANGRIJKSTE BASIS VAN DE TRAINING.

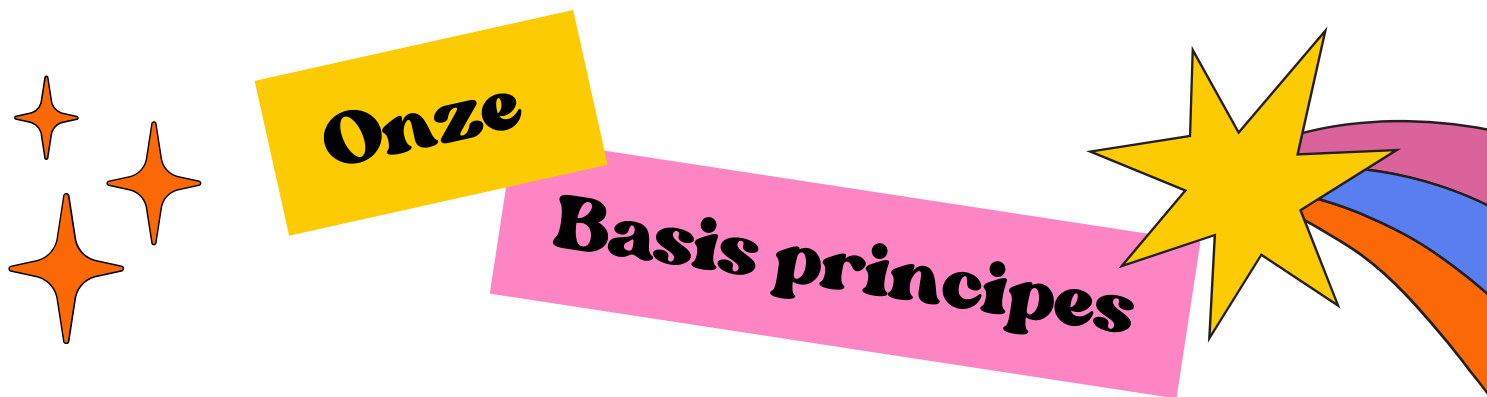
De definitie van een trauma-geïnformeerde aanpak en ondersteuning is gebaseerd op de definitie die is ontwikkeld door de Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA) in de Verenigde Staten, die officieel werd aanbevolen door het Verenigd Koninkrijk.



Op basis hiervan "resultaat trauma uit een gebeurtenis, reeks gebeurtenissen of set van omstandigheden die door een individu als schadelijk of levensbedreigend wordt ervaren. Hoewel uniek voor het individu, kan de ervaring van trauma over het algemeen blijvende negatieve effecten veroorzaken, waardoor het vermogen om te functioneren en mentaal, fysiek, sociaal, emotioneel of spiritueel welzijn te bereiken, wordt beperkt." Trauma-geïnformeerde praktijk is een benadering van gezondheids- en zorginterventies die is gebaseerd op het begrip dat blootstelling aan trauma de neurologische, biologische, psychologische en sociale ontwikkeling van een individu kan beïnvloeden. Er zijn 6 principes van trauma-geïnformeerde praktijk:

1. **veiligheid**
2. **vertrouwen**
3. **keuzevrijheid**
4. **samenwerking**
5. **empowerment**
6. **culturele overweging.**

WE HEBBEN DEZE PRINCIPES AANGEPAST AAN ONS EIGEN NIVEAU EN PROGRAMMA.



DE TRAININGEN ZIJN ONTWIKKELD MET DE VOLGENDE PRINCIPES IN GEDACHTEN:

- Creëer een gastvrije omgeving waar alle deelnemers zich op hun gemak voelen.
- Organiseer activiteiten die zelfstandigheid in de wereld bevorderen (basislevensvaardigheden ontwikkelen).
- Bied mogelijkheden en ruimte voor terugtrekking, keuze en de mogelijkheid om nee te zeggen (bijvoorbeeld een ontspanningszone creëren met boeken, strips en kleurpagina's).
- Zorg voor een ritme in de programma's: 'stilte gevolgd door geluid, stilstand gevolgd door beweging'.
- Gebruik boeiende, eenvoudige oefeningen die onder andere punctualiteit, teamwork, compromissen sluiten, om hulp vragen, enzovoort onderwijzen.
- Toon resultaten: Een van de belangrijkste doelstellingen van de verschillende spellen en oefeningen is te laten zien dat jongeren resultaten kunnen behalen. Er is een zichtbaar resultaat dat voortkomt uit het werk dat ze hebben verricht. Het is cruciaal dat ze het gevoel van voldoening ervaren dat bij het behalen van dit doel hoort.
- Jongeren worden voortdurend aangemoedigd om feedback te geven.
- Voorzie jongeren van de tools om naar elkaar te luisteren tijdens de programma's en om beurten hun mening te delen.
- Bied jongeren de kans om ervaring op te doen in verschillende rollen en help hen bij het identificeren van hun sterke punten en interesses.



HONGARIJE

De Hongaarse organisaties hebben een lange geschiedenis van direct contact met de doelgroep van het project. De Oudershuis Publieke Voordeel Stichting werkt met 20 kinderreizen verspreid over het land. De Kommunió Stichting onderhoudt contact met de huizen in de regio Győr via de 'Ondersteuningscirkel', die de programma's in de regio samenbrengt.

Als gevolg hiervan werd de selectie gemaakt uit een specifieke begunstigde groep aan de Hongaarse kant, en kon het proces voortbouwen op eerdere programma's en ervaringen.

In de zomer van 2023 waren we blij een voorbereidingskamp te organiseren voor jongeren uit Hongarije in Balatonberény. Het doel van het kamp was om die jongeren die geïnteresseerd waren, inzicht te geven in het programma, te beslissen of ze geïnteresseerd waren in de mogelijkheid en te beoordelen of ze op lange termijn aan het project konden deelnemen.

Tijdens het kamp hebben we hen geïntroduceerd in het Erasmus+ programma en, door middel van speelse oefeningen en discussies, inzicht gegeven in wat ze konden verwachten van het project als ze besloten deel te nemen. Tijdens het kamp hebben de experts van de organisaties beoordeeld wie zich het meest op zijn gemak zou voelen met het programma op de lange termijn, op basis van de criteria voor deelname die vooraf door de werkgroep waren ontwikkeld. Op basis van deze criteria werden uiteindelijk de 12 deelnemers uit Hongarije geselecteerd.

BELGIË:

De Belgische organisatie maakte gebruik van zijn innovatieve en inclusieve methodologie met een reeks doelgroepen. Net als in Roemenië werkten ze echter niet dagelijks specifiek samen met de projectdoelgroep. De Stuyverij betrok ook lokale kinderrebeschermingsorganisaties (Xplo – Wervik & Kortrijk, Minor-Ndako) om contact te leggen met jongeren en informatieve programma's te faciliteren. De deelnemers werden geselecteerd in overeenstemming met vooraf vastgestelde criteria, rekening houdend met de individuele omstandigheden van de jongeren en in overleg met hun opvoeders.

ROEMENIË:

De directe doelgroep van de organisatie in Roemenië omvat kinderen en jongeren met minder kansen, maar niet uitsluitend jongeren in staatszorg. Het selectieproces in Roemenië ging daarom vooraf aan contact met de lokale Directie Algemene Kinderbescherming, via welke de organisatie verschillende locaties bezocht om geïnteresseerde jongeren te bereiken. De Roemeense organisatie is gevestigd in Satu Mare, een gebied met een hoge Hongaarse minderheidspopulatie, waardoor de jongeren ook Hongaars spreken, wat het omgaan met de kwestie van meertaligheid in het project vergemakkelijkte. De uiteindelijke deelnemers werden door Asociatia Pro Agriensis geselecteerd op basis van de bijeenkomsten, in overleg met de huizen en de opvoeders en begeleiders van de jongeren.





Naast de jongeren is het belangrijk om het personeel van de organisaties die aanwezig waren bij de training te vermelden. Elke organisatie zorgde voor twee begeleiders voor de zes jongeren.

De begeleiders begeleidden niet alleen de jongeren naar de training, maar fungeerden ook als steunpersonen gedurende het programma.

De taken van de ondersteuners waren als volgt:

- zorgen voor veilig vervoer van de deelnemers (bijv. ervoor zorgen dat ze de nodige documenten en materialen bij zich hadden);
- toezicht houden op de deelnemers ter plaatse;
- zorgen voor het welzijn van de deelnemers;
- primaire behandeling van acute problemen van deelnemers;
- omgaan met onverwachte situaties met deelnemers (bijv. ziekte, ongeluk, woede, emotionele uitbarstingen, agressie, schending van huisregels);
- indien nodig individuele emotionele ondersteuning bieden aan deelnemers.

Het was van het grootste belang voor de doelgroep dat de aanwezige volwassenen betrouwbare en veilige contactpunten waren, op wie zij konden rekenen voor meer dan alleen logistieke zaken.

Naast de ondersteuning verzorgden trainers uit het gastland de trainingssessies in elk land, terwijl lokale medewerkers hielpen bij de uitvoering van de weken.

Vanwege de taalbarrière (aangezien veel deelnemers geen Engels spraken), hadden we personeel nodig om te helpen met vertalen. In Roemenië hebben we de hulp ingeroepen van jonge vrijwilligers die de communicatie tussen Hongaarse en Nederlandse sprekers faciliteerden door Engels als tussenliggende taal te gebruiken.

In België, gezien de complexiteit van het programma, hebben we de diensten ingeroepen van een Nederlands-Hongaarse tolk ter ondersteuning, terwijl ons eigen personeel de voortdurende vertaling van het Nederlands naar het Engels en het Hongaars naar het Engels op zich nam.

Aangezien de groep een slechthorende deelnemer bevatte, werd er ook een gebarentolk ingehuurd om ons te assisteren.



WEEK 1

Locatie: Hongarije, Balatonfenyves

Datum: 24.09.2023 - 30.09.2023

Hoofdfocus, doelstellingen:

- Vertrouwen opbouwen en een veilige ruimte creëren voor iedereen
- Gemeenschap vormen
- De basis leggen voor communicatie
- Teamwork ontwikkelen
- Interculturele ervaring opdoen
- Leren over elkaars landen en culturen
- Zelfbewustzijn ontwikkelen

Resultaat: Visie bord

De eerste week was gewijd aan het leren kennen van elkaar, het aanpassen aan de nieuwe ervaring en het worden van een groep.

Het voorbereidende werk van de werkgroep benadrukte de noodzaak om tijd voor deze processen in te plannen, aangezien vertrouwen opbouwen, elkaar leren kennen en het vaststellen van regels essentiële onderdelen van het programma zijn.

Zonder deze elementen kunnen we de andere geplande activiteiten niet uitvoeren. De week was gevuld met een verscheidenheid aan excursies, activiteiten en ontdekkingsspelletjes.

De interculturele avond was een groot succes, waarbij de jongeren zich gemakkelijk met elkaar interacteerden.

Als resultaat van de week creëerde elke jongere zijn eigen visiebord.



WEEK 2

Locatie: Roemenië, Livada

Datum: 29.10.2023 - 04.11.2023

Hoofdfocus, doelstellingen:

- Persoonlijke stemmen vinden
- Empowerment
- Zelfvertrouwen opbouwen en jongeren in staat stellen zich uit te drukken
- Sterke punten van jongeren benadrukken
- Het zelfbeeld van jongeren verbeteren
- Zelfexpressie aanmoedigen
- Zelfbewustzijn vergroten

Resultaat:

Elke deelnemer formuleert een zin waarin ze de zaak of het gebied identificeren dat ze in de wereld willen vertegenwoordigen.

Het programma van de tweede week omvatte verdere trainingselementen na het vaststellen van een gemeenschappelijke basis. Het doel van de week was om jongeren te helpen hun persoonlijke waarden en sterke punten te identificeren en te erkennen. In overeenstemming met het trainingsprogramma was het de bedoeling dat jongeren tegen het einde van de tweede week een onderwerp identificeren waar ze gepassioneerd over zijn, samen met een verdieping van het zelfbewustzijn en een toename van het zelfvertrouwen. Ze kregen hulp bij het identificeren van een zaak die ze aan jongere leeftijdsgenoten in lokale activiteiten konden vertegenwoordigen. Tegen het einde van de week werden de deelnemers gevraagd een korte samenvatting van hun gekozen onderwerp in één of twee zinnen te geven. Deze informatie werd vervolgens gebruikt om een persoonlijk portret voor hen te maken. Naast de trainingsdagen die tijdens de week waren gepland, organiseerden we ook excursies, fysieke en leuke activiteiten.



WEEK 3

Locatie: België, Kortrijk

Datum: 26.11.2023 - 02.12.2023

Hoofdfocus, doelstellingen:

- Jongeren concrete tools geven om lokale sessies uit te voeren
- Introductie van coaching- en mentortechnieken
- Autonomie versterken
- Deelnemers leren hoe ze gerichte vragen kunnen stellen
- Deelnemers leren het belang van feedback geven en ontvangen
- Deelnemers zelfverzekerdere communicators maken
- Deelnemers voorbereiden op het leiden van hun eigen lokale activiteiten
- De methodologie van De Stuyverij aanpassen aan de doelstellingen van het project (business simulatie)

Resultaat:

Jongeren zullen het geld ophalen dat nodig is voor een uitje naar het Efteling-themapark in Nederland als gevolg van het business simulatiespel.

De derde week had het meest complexe programma.

Het was tijd voor jongeren om praktische tools te krijgen die hen zullen helpen in hun lokale activiteiten.

Op de eerste dag van de training leerden de deelnemers over de verschillen tussen mentoring- en coaching technieken, leerden ze over verschillende soorten vragen en namen ze deel aan verschillende communicatie-oefeningen.

De rest van de week was gebaseerd op een aanpassing van de eigen methodologie van De Stuyverij.

De jongeren namen deel aan een simulatiespel waarin ze samen een bedrijf runden.

Het bedrijf bestond uit verschillende afdelingen, zodat de jongeren in verschillende kleine groepen samenwerkten, rekening houdend met de belangen van het hele 'bedrijf'. De financiële afdeling van het bedrijf bestond uit medewerkers van De Stuyverij.

HET BEDRIJF WAS SAMENGESTELD UIT DE VOLGENDE KLEINE GROEPEN:

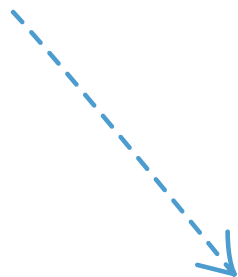
- **Catering:** verantwoordelijk voor het organiseren van de maaltijden, inclusief het opstellen van de boodschappenlijst, aankopen, koken en financiële planning en coördinatie van de maaltijden ter plaatse.
- **Toerisme en recreatie:** verantwoordelijk voor het organiseren van de excursies, inclusief het plannen van de reis naar de locatie, het controleren van de financiële aspecten en het toezicht houden op de tickets.
- **Entertainment:** verantwoordelijk voor het organiseren van avondactiviteiten, inclusief het beoordelen van behoeften, het aankopen van apparatuur en het uitvoeren van het programma.
- **Communicatie en media:** verantwoordelijk voor het documenteren van de evenementen van de dag en het communiceren van het werk en de programma's van het bedrijf op verschillende manieren.

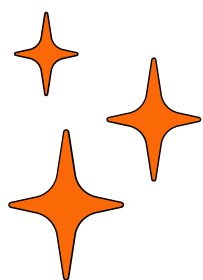
Het doel van het simulatiespel was om jongeren de vaardigheden bij te brengen om onafhankelijke beslissingen te nemen, hun vermogen tot samenwerking te bevorderen, hun communicatie- en conflictoplossende vaardigheden te verbeteren en hen aan te moedigen verantwoordelijkheden op zich te nemen. De taken werden gefaciliteerd met behulp van verschillende coachingtools. Elke kleine groep kreeg een facilitator toegewezen die de jongeren ondersteunde bij de uitvoering van de taken die door De Stuyverij waren voorbereid. In overeenstemming met de coachingsaanpak gaven de facilitators geen instructies, maar stelden ze vragen om de groepen te begeleiden. Het idee was dat de afdelingen van het bedrijf zouden samenwerken om een volledige dag van de avonturenweek en bepaalde elementen van het programma te organiseren.

De tweede dag van de week was gewijd aan organisatorische taken. Afdelingen werkten individueel, in kleine groepen en samen om de activiteiten van woensdag te plannen. Op woensdag zette het team hun plan in actie en bracht de dag door met activiteiten van 's ochtends tot laat in de avond. Op donderdag kreeg elke afdeling de opdracht hun werk te presenteren. Het doel was om deze presentaties aan investeerders (medewerkers van De Stuyverij) te presenteren om de activiteiten van het bedrijf te promoten. De bedoeling was om de presentaties te gebruiken om de investeerders te overtuigen voldoende financiering te bieden voor een uitje naar het Efteling-themapark in Nederland op vrijdag.

Het was een waardevolle ervaring om te zien hoe de jongeren ijverig aan hun taken werkten. Op woensdag organiseerden ze een uitje naar de zee en slaagden ze erin een schaats-sessie in de dag te passen. Naast foto- en video documentatie creëerde het communicatieteam hun eigen sociale media pagina's, die ze tot op de dag van vandaag blijven beheren. Verder startten ze een blog over de week en maakten ze hun eigen krant, Hot News, die werd gedrukt en aan alle deelnemers werd verspreid. Op donderdag produceerden alle afdelingen indrukwekkende presentaties, wat ongetwijfeld het doel bereikte van een onvergetelijke dag in het pretpark op vrijdag. Het spel gaf inzicht in de processen die betrokken zijn bij het organiseren van een programma, van planning tot uitvoering. Het spel bood deelnemers de kans om ervaring op te doen in planning en het oefenen van verantwoordelijk besluitvormen en eigenaarschap.

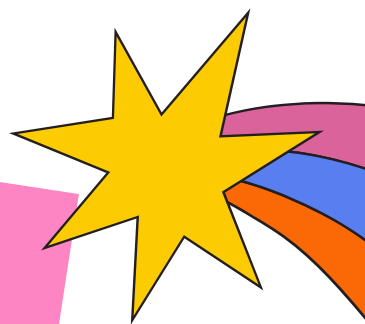
De theoretische basis, activiteit elementen en gedetailleerde beschrijving van het spel zullen op de projectwebsite beschikbaar worden gesteld.





Lokale

activiteiten



**NA HET DRIE WEKEN DURENDE INTERNATIONALE TRAININGSPROGRAMMA
WAREN DE JONGEREN VOLLEDIG VOORBEREID OM HUN EIGEN PROGRAMMA'S
UIT TE VOEREN.**

Deze activiteiten werden voorafgegaan door gezamenlijke planning en groepsbijeenkomsten. Tijdens het planningsproces werden de jongeren begeleid door jeugdwerkers (die hen tijdens de trainingsweken ondersteunden) en medewerkers van de organisaties. Deze bijeenkomsten waren gedeeltelijk face-to-face en gedeeltelijk online.

Vanwege de verschillende regelgeving van de kinderbescherming instellingen vonden de sessies in Hongarije en België meestal buiten de woningen plaats, terwijl in Roemenië de jongeren hun programma's in de woningen konden houden.

Het oorspronkelijke plan was om elke week lokale activiteiten te houden met deelname van alle zes jongeren uit elk land (bijv. de eerste week van de maand in België, de tweede week in Roemenië en de derde week in Hongarije).

Deze timing was echter niet haalbaar vanwege de specificiteit van de doelgroep en het gebied. Aangezien de jongeren uit verschillende plaatsen en steden aan het project deelnamen, was het niet altijd haalbaar voor de groepen om samen sessies te houden. Desondanks waren de jongeren, vooral in Roemenië en Hongarije, enthousiast om zoveel mogelijk mensen bij een van deze sessies aanwezig te hebben. We hebben daarom verschillende oplossingen voor elk land bedacht.

Het doel van de lokale activiteiten was om alle jongeren de kans te bieden deel te nemen aan individuele activiteiten. Op verschillende locaties waren de lokale activiteiten zo succesvol dat jongeren momenteel nieuwe activiteiten voor de zomer organiseren en/of plannen.



HONGARIJE:



De Hongaarse jongeren werden verdeeld in twee groepen op basis van hun woonplaats om de organisatie van lokale activiteiten te vergemakkelijken.

De jongeren uit Boedapest werkten samen met het personeel van de Parents House Stichting, terwijl de jongeren uit het platteland samenwerkten met het personeel van de Kommunió Stichting om hun eigen activiteiten voor te bereiden.

Na terugkomst uit België kwam het Hongaarse team van 12 opnieuw samen tijdens het twee dagen durende kerst evenement van het Parents House. Dit was de eerste persoonlijke bijeenkomst, gevolgd door een voorbereidende kleine groepsdiscussie met de kindertehuizen in januari en februari. Sommige bijeenkomsten vonden fysiek plaats, terwijl andere online werden gehouden.

Alle evenementen werden voorbereid, gepland, geïmplementeerd en geëvalueerd met de actieve deelname van jongeren. De evenementen vonden plaats in het Familied centrum van het Parents House in Boedapest en in het Familied centrum van de Kommunió Stichting in Győr.

De eerste lokale sessies vonden in februari plaats. We organiseerden een eendaags carnaval evenement in Győr en Boedapest, waar jongeren door een reeks activiteiten voor kinderen roterend waren:

- carnaval spel
- carnaval quiz
- dans sessie
- bordspel
- glitter tatoeages maken
- carnaval maskers maken

Het tweede eendaagse programma vond plaats in Boedapest ter gelegenheid van de Internationale Vrouwendag, waarbij de begunstigden van de Kommunió Stichting ook aanwezig waren. De jongeren waren betrokken bij de organisatie en uitvoering van de achtergrondtaken. Sommigen van hen namen deel aan de fotografie van het evenement met de kinderen, terwijl anderen hielpen bij het maken van decoraties voor het programma. Daarnaast probeerden sommigen de rol van presentatoren voor het evenement op zich te nemen. De directe activiteiten voor kinderen waren voornamelijk gericht op meisjes. Deze omvatten nagelverf, hair styling, stylist advies en een gezamenlijke kleding selectie in een pop-up boetiek. Daarnaast organiseerden de jongeren een quiz, een zelfverdedigings demonstratie voor meisjes, schminken en een schaak-sessie.

Het derde evenement vond plaats met Pasen, samen met de schoolvakanties van de kinderen. De jongeren organiseerden een reeks activiteiten voor de kinderen, waaronder eieren zoeken, quizzen, dansactiviteiten, schminken, eieren schilderen, fotografie en een tafelfuotbaltoernooi.

In april organiseerden we een eendaagse excursie waarbij jongeren informele gesprekken met de kinderen voerden.

Aan het einde van mei namen de jongeren deel aan het Kinderdag evenement van het Parents House, waar ze een boeiende spelactiviteit voor de kinderen leidden. Sommige jongeren waren als mentoren vrijwilliger tijdens de jaarlijkse 'Do Good Things!' week lange zomerkamp van het Parents House.

Tijdens het kamp namen de jongeren deel aan verschillende activiteiten, waaronder spelletjes, sport en discussie sessies. Ze gaven updates over de activiteiten die ze uitvoerden op hun 'Our Voice' Facebook pagina in Hongarije, die ze beheren.

Het is duidelijk dat, in verschillende mate, jongeren betrokken blijven bij de programma's, met enthousiasme en inzet, zelfs na de formele sluiting van lokale activiteiten. Hongaarse organisaties blijven uitgebreide ondersteuning bieden om de duurzaamheid van de programma's te waarborgen.

ROEMENIË



In Roemenië toonden jongeren een sterk gevoel van verbondenheid, met een grote interesse in het organiseren van sessies waarbij ze samen aanwezig konden zijn. Asociația Pro Agriensis organiseerde, net als het Hongaarse voorbeeld, langere sessies met jongeren, waarbij elke sessie meerdere uren duurde.

De locaties werden bezocht met toestemming van de Directie Generaal voor Kinderbescherming van Satu Mare.

Voorafgaand aan elk programma werden online bijeenkomsten gehouden om het exacte plan van de sessies voor te bereiden, de benodigde apparatuur te bespreken en voor de lokale behoeften te zorgen met hulp van de instelling.

We organiseerden sessies voor jonge kinderen in drie verschillende kindertehuizen. Voor het eerst organiseerden we een Orthodox Paasprogramma. De jongeren hielden een eieren schilder workshop voor de kinderen. Ze legden gedetailleerd de symboliek van het Paasei in de Roemeense cultuur uit en introduceerden verschillende traditionele decoratietechnieken. De hele sessie was interactief en de jongeren hadden persoonlijke gesprekken met de kinderen.

Ze organiseerden ook een "ei rollende wedstrijd", een leuke Roemeense traditie. Dit houdt in dat gekookte, geschilderde eieren samen worden gerold terwijl ze zingen. Het Paasprogramma werd voortgezet met een gezamenlijke maaltijd en eindigde met een chocolade-eierenjacht.

Naast de gezamenlijke activiteiten boden de jongeren aanvullende activiteiten voor de kinderen aan:

- grimme
- sportactiviteiten en lezingen over fysieke en mentale gezondheid
- bordspelactiviteiten
- interactieve presentatie over levensuitdagingen en persoonlijke veiligheid
- motiverende toespraak over het overwinnen van onderwijsachterstanden

Het tweede programma vond plaats in een ander kindertehuis waar een van de jongeren eerder was geadopteerd. De jongeren werden verwelkomd door 30 kinderen en hadden een zeer betekenisvolle dag samen. Tijdens het programma kregen de jongeren de kans om verschillende rollen uit te proberen. Ze gaven presentaties, leidden interactieve discussies en deze keer lag de focus op gemeenschapsspeelse ervaringen.

Ze leerden de jongere kinderen spelletjes die ze hadden uitgetoetst tijdens de internationale trainingsweken en genoten van de speelse sessies met dans- en bewegingselementen. Gedurende het programma moesten ze hun communicatieve vaardigheden gebruiken en hun conflictoplossende vaardigheden testen, aangezien ze conflicten die tijdens de spellen in de kindergroep ontstonden, moesten oplossen. De jongeren presteerden uitstekend bij alle obstakels en het was een genoegen om te zien hoe ze met het uur moediger en vastberadener werden. Ze zeiden dat het een uitdaging was om een sessie aan zoveel kinderen te geven, maar het was een droom die uitkwam om samen deel uit te maken van deze ervaring. De spellen werden gevolgd door open discussies tussen de deelnemers over het belang van leren, hoe individuele moeilijkheden te overwinnen en hoe om hulp te vragen.

Het derde programma vond plaats in een tehuis waar jongeren van dezelfde leeftijd als de organisatoren wonen. Tijdens het voorbereidingsproces voelden we dat dit programma het moeilijkste zou zijn om uit te voeren, aangezien het een compleet ander soort activiteiten, onderwerpen en tools vereiste. Tot ieders verrassing, zowel de jongeren als het personeel van de organisatie, was dit echter de kans voor hen om hun volledige potentieel te bereiken. Ze vulden de dag met leuke activiteiten, motiverende, eerlijke en empowerende gesprekken en veel serieuze inhoud naast de leuke elementen. Het delen van persoonlijke ervaringen en samen het hoofd bieden aan vergelijkbare uitdagingen en moeilijkheden was een grote beloning voor beide partijen. Door naar de verhalen van hun leeftijdsgenoten te luisteren en hun enthousiasme te zien, toonden de deelnemers ook een grote interesse in de mogelijkheden die het Erasmus+ programma biedt. Aan het einde van het programma werden gesprekken gestart om verdere sessies voor de jongeren in het tehuis in de zomer te organiseren.

In België waren jongeren verantwoordelijk voor het organiseren van hun eigen activiteiten in overeenstemming met de lokale voorwaarden. De voorbereidende bijeenkomsten werden gefaciliteerd door aangewezen medewerkers van De Stuyverij, en de opvoeders van de deelnemende kindertehuizen en instellingen waren ook betrokken bij de organisatie. De voorbereidende bijeenkomsten vonden meestal plaats in januari en februari, waarna de sessies begonnen plaatsvonden. De stappen in de organisatie en uitvoering van de sessies waren als volgt:

1. Voorbereiding en brainstorming van de sessie die uitgevoerd moest worden
2. Betrekken van tehuizen en opvoeders bij de organisatie
3. Direct contact met de groepen kinderen - behoefteanalyse, elkaar leren kennen
4. Finalisering van het thema van de sessie
5. Kiezen van de datum
6. Voorbereiden van de sessie (een andere bijeenkomst online of offline)
7. Het houden van de sessie
8. Evaluatie en feedback

De sessies werden gehouden in het De Stuyverij in Kortrijk of in de kindertehuizen of op de locaties van de partnerorganisaties.

Het programma omvatte voetbaltrainingen, motiverende gesprekken, pannenkoeken bakken, muziek sessies, taart bakken en verjaardagsactiviteiten. Een aanzienlijke prestatie voor de jongeren was het leiden van hun eigen sessies en het nemen van het initiatief om hun eigen programma's uit te voeren, wat vereiste dat ze uit hun comfortzone stapten.

De organisatie van de sessies vereiste aanzienlijke tijd en moeite, maar de resultaten waren zeer bevredigend.

Aangezien De Stuyverij niet eerder met de jongeren betrokken bij het project had samengewerkt, was het bijzonder bevredigend om de ontwikkelingsroute te observeren die we gezamenlijk hadden bereikt.

De organisatie staat open voor verdere samenwerking met jongeren, waarbij velen interesse hebben getoond in de mogelijkheid om verdere sessies te organiseren. Een aantal medewerkers van jeugdorganisaties en bewoners van de tehuizen hebben ook interesse getoond in een mogelijke voortzetting van het project.

Verzameling van

spelvormen, methoden en tools

ALGEMENE TOOLS:

Voor de internationale trainingsweken hebben we een reflectiedagboek gemaakt voor de jongeren, dat ze vrij konden gebruiken om hun ervaringen vast te leggen.

Het begin

Mijn gedachten voor de reis:

Ik luisterde naar deze muziek terwijl ik me klaar maakte voor deze reis:

Zo voelde ik me tijdens het reizen:

Ik had voldoende slaap voor het vertrek:

De eerste dingen die ik zag in Hongarije:

Mijn kamergenoten voor deze week:

Het begin

dagelijkse

Ik had een slecht gevoel bij...

Ik had een goed gevoel bij...

Als ik m'n dag in één woord zou moeten beschrijven, dan kies ik:

Dit is hoe ik me voelde op het einde van de dag:

Maandag

Zo voelde ik me toen ik wakker werd:

Wat ik deze week graag zou ervaren:

Waar ik wat angst voor heb deze week:

Maandag

Wat heb je vandaag gedaan met de groep ?

's Morgens:

In de namiddag:

Wat ik zal onthouden na deze dag is:

Zo voelde ik me vandaag:

Maandag

Wat voel ik in mijn lichaam?

ergens koud?

ergens spanning?

ergens warm?

ontspannen lichaamsdelen?

...of iets anders?

We hebben veel nadruk gelegd op feedback in alle fasen van het project. Jongeren kregen regelmatig de gelegenheid om hun mening mondeling te uiten en we vroegen ook om een schriftelijke evaluatie aan het einde van elke trainingsweek.

OUR VOICE

My thoughts

Evaluation of the 2nd adventure week / Az 2. kalandhét értékelése /
Evaluatie van de tweede avonturenweek

I'm taking this with me: / Ezt viszem magammal erről a hétről: /
Dit neem ik mee:

Questions left unanswered / Ezek a kérdések maradtak bennem: /
Onbeantwoorde vragen:

I had a bad feeling this week about... / Rossz érzéssel töltött el a
héten... / Ik had een slecht gevoel bij ...

I had a good feeling this week about... / Jó érzéssel töltött el a héten... /
Ik had een goed gevoel bij ...

OUR VOICE

Evaluation of the 2nd adventure week / Az 2. kalandhét értékelése /
Evaluatie van de tweede avonturenweek

If I had to describe my week in one word, I would say it was: / Ha egy
szóval kellene jellemeznem a hetemet, azt mondanám: / Als ik deze
week in één woord zou moeten beschrijven dan is het:

Overall, how did you feel this week? / Összességében hogy éreztet
magad ezen a héten? / In het algemeen, hoe voelde je je deze week?

Do you want to share anything else? / Van bármi más, amit
megosztanál? / Wil je iets anders delen?

Thank you!

Funded by
the European Union

Erasmus+
Enriching lives, opening minds.

Elke week begonnen we het proces door gemeenschappelijke groepsregels vast te stellen en te bespreken. We moedigen deelnemers aan om regels te creëren die zij belangrijk vinden, maar die ook te volgen zijn. Omdat de regels gezamenlijk zijn opgesteld, was het voor iedereen gemakkelijker om feedback te accepteren over het overtreden van de regels.

De deelnemers vonden het prettig om de agenda en de activiteiten die voor hen lagen bij te houden op een duidelijk zichtbare interface. Het is een algemene ervaring dat schijnbaar kleine details een significante impact kunnen hebben op vertrouwen, voorspelbaarheid en een gevoel van veiligheid.

SPELVORMEN EN TOOLS:

VOORNAAMSTE SPELVORMEN, TOOLS EN METHODEN DIE IN DE EERSTE WEEK ZIJN GEBRUIKT:

GROUP-NET

Doel: Elkaar leren kennen - namen leren

Hoe het werkt: De leden van de groep zijn verspreid over de ruimte. Eén persoon houdt een grote bol touw vast en begint deze naar elkaar te gooien, terwijl hij de naam van de persoon zegt naar wie hij het touw gooit. Blijf gooien totdat iedereen een stuk touw in handen heeft. Dan proberen we het samen op de grond te leggen en kijken naar de vorm die het touw heeft gemaakt: het is ons groep-net geworden.

WAAR BEN JE GEBOREN?

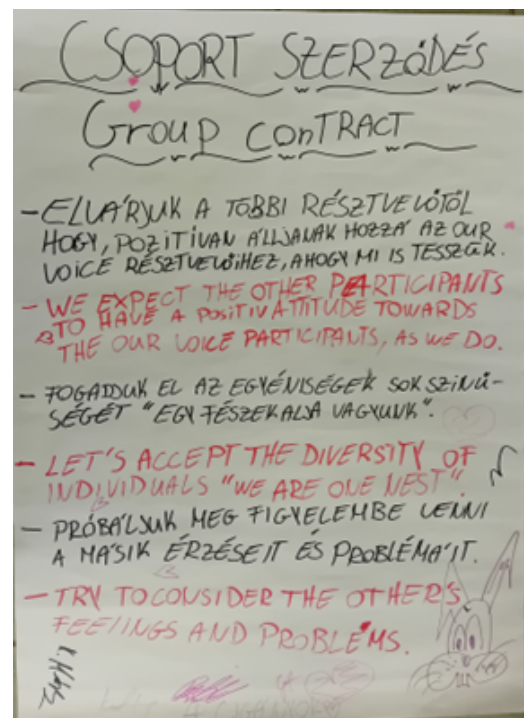
Doel: Elkaar leren kennen, non-verbale communicatie ontwikkelen, taalbarrières overwinnen

Hoe het werkt: Het doel van het spel is om non-verbale communicatie te oefenen en elkaar beter te leren kennen, door een lijn van deelnemers te creëren in de volgorde van hun verjaardagen, van januari tot december. Ze kunnen alleen non-verbaal communiceren over wanneer ze zijn geboren en moeten zich achter elkaar opstellen.

TEAM CONTRACT

Doel: Gemeenschapsopbouw, geduld, communicatie versterken

Hoe het werkt: Een belangrijke taak van de eerste week van de training was om gemeenschappelijke regels vast te leggen en elkaars ideeën over hoe de gemeenschap werkt te leren kennen. In het Team Contract-spel werd de hele groep gevraagd om suggesties te doen over wat zij denken dat een goed team vormt. De verzamelde kenmerken en suggesties werden vervolgens in teams van 3 door de jongeren in een contract opgesteld en gepresenteerd met behulp van een vertegenwoordiger.



BUITEN-ERVARINGSGERICHTE TEAM SPELVORMEN:

COMFORTZONE-LEERZONE-PANIC ZONE:

In het spel modelleren we de psychologische achtergrond van ervaringsgericht leren.

1. Met behulp van een soort hulpmiddel (bijv. touw, boeien) vormen we 3 concentrische cirkels, met voldoende ruimte voor de deelnemers om in de ruimte tussen elke cirkel te passen. Elke cirkel is van klein naar groot benoemd:

- a. De kleinste cirkel: Panic Zone
- b. Middelste cirkel: Leerzone
- c. De grootste cirkel: Comfortzone

Terwijl we in elke cirkel staan, leggen we de deelnemers uit wat deze zones betekenen.

Comfortzone: situaties waarin we ons comfortabel en op ons gemak voelen, de vertrouwde omgeving van ons dagelijks leven. We noemen het zo omdat we ons hier prettig voelen. In deze zone kunnen we alles doen, weten we alles, zijn we zelfverzekerd en is er routine.

Leerzone: Situaties waar veel uitdagingen en nieuwe dingen zijn, maar ook veel ondersteuning. Het kan een beetje ongemakkelijk zijn, maar niet zozeer dat je je geestelijk, fysiek, mentaal of sociaal niet veilig voelt. Hier vindt het meeste van ons leren over onszelf, anderen en onze interacties met de omgeving plaats. Deze zone bevat alles wat we nog niet weten, alles wat we nog niet echt hebben ervaren. Iets wat we willen weten en daarom willen beheersen. Iets waarvoor we moed en brugvaardigheden nodig hebben, omdat we ons hier niet meer zo comfortabel en veilig voelen. Koude zweetdruppels en een kloppend hart zijn tastbare tekenen van het verlaten van onze comfortzone.

Panic Zone: Omstandigheden of situaties die stress en angst veroorzaken. Hier vindt geen leren plaats. Hier vinden we alles wat we vrezen, vrezen en niet kunnen overkomen. Alles wat 'groter' is dan één of meer nummers, dat we niet kunnen beheersen en waardoor het risico en gevaar voor ons te groot wordt. In deze zone zijn we niet in staat om te leren, we zijn altijd gefrustreerd.' (Bron: András Horváth: Alternatieve ervaringsgerichte educatie)

o

2. Na de uitleg stellen we de groep vragen. Bijvoorbeeld: Hoe voelde het om je aan te melden voor dit programma? Hoe voelde het om naar dit land te reizen? Hoe voelen ze zich op school? Hoe voelen ze zich als ze sporten? Enzovoort.

3. Daarna beginnen we een gesprek over waarom iemand in de comfortzone die plek heeft gekozen en hoe ze zich daarbij voelen. We herhalen dit met de leerzone en de panic zone.

4. Ten slotte bespreken we hoe we kunnen herkennen wanneer we in de leer- of panic zone zijn en wat we moeten doen als we ons in de panic zone bevinden.

VIND ME!

Tijdens het spel moeten deelnemers elkaar zoeken met een blinddoek om. De wending is dat ze elkaar moeten vinden in oplopende volgorde van geboortedata.

HALLO, IK BEN HET!

Het doel van het spel is om het leren van namen vast te leggen en bevrijding te bevorderen, waardoor jongeren worden aangemoedigd om hun stem te laten horen.

Het spel houdt in dat een deelnemer in het midden van een cirkel staat en zichzelf één voor één aan iedereen in de cirkel voorstelt. Zodra ze de cirkel hebben voltooid, krijgen ze de kans om hun naam zo luid mogelijk in de wereld te schreeuwen.

Het spel kan bijzonder krachtig zijn als jongeren de geest ervan omarmen, en terwijl ze hun naam schreeuwen, ervaren ze hun eigen belangrijkheid en kracht om zichzelf in de wereld te vertegenwoordigen.

AFSLUITDANS

Als het gestructureerde spel voorbij is, is het tijd voor een spontane dans om de spanning te verlichten. De regel is dat er geen regels zijn, gewoon deelnemers aanmoedigen om te dansen naar hartenlust!

INTERCULTURELE AVOND

Een van de populairste avondactiviteiten is de interculturele avond. Jongeren krijgen de kans om te laten zien wat voor hen belangrijk is vanuit hun eigen cultuur, uit de tradities van hun eigen land. De avond kan bestaan uit bakken, koken en natuurlijk muziek en dans.

GECENTRALISEERDE EXCURSIE

We gaven de jongeren vaak een focus tijdens verschillende uitstapjes. Bij sommige uitstapjes vroegen we ze foto's te maken van dingen die ze leuk vonden of die hen zeer indrukten. Andere keren vroegen we hen om geluiden of geuren te horen en de gevoelens die ze opriepen op te merken. Gecentraliseerde aandacht voor de zintuigen ondersteunt bewuste aanwezigheid.

Op de dagen na de excursie kunnen ze samen reflecteren op hun ervaringen en de foto's die ze hebben genomen presenteren.

VISION BORD

Jongeren werden geïntroduceerd in de Vision Bord-methode. Het Vision Bord is een visueel hulpmiddel dat onze aspiraties en doelstellingen in de vorm van een montage presenteert. De deelnemers kregen verschillende tijdschriften en afbeeldingen, die ze in combinatie met hun eigen creatieve visuele en tekstuele elementen gebruikten om hun eigen Vision Bord te creëren. Het is belangrijk om voldoende tijd te geven voor de voltooiing van de taak, wat in twee delen kan worden gedaan. Zodra iedereen zijn eigen bord heeft afgemaakt, presenteren de deelnemers hun werk aan elkaar. Deze oefening stimuleert creativiteit, focus en zelfexpressie.

HOOFDSPELVORMEN, TOOLS EN METHODEN DIE IN DE TWEEDE WEEK ZIJN GEBRUIKT:

FOCUSKAARTEN

De verschillende plaatjeskaarten bleken een uitstekend trainingshulpmiddel te zijn. Ze kunnen worden gebruikt voor opwarmspellen (bijv. 'Hoe voel ik me nu?' 'Hoe ben ik deze week/ deze dag aangekomen?'), voor feedback (bijv. 'Wat drukt het beste mijn gevoelens uit als ik terugdenk aan vandaag?') of voor diepere gesprekken.

LUCIFERSTOKJE

De deelnemers zitten in een cirkel. Iedereen houdt een lucifer vast en wanneer het hun beurt is, steken ze deze aan. Het idee van het spel is dat elke deelnemer net zo veel tijd heeft om zichzelf voor te stellen of over een bepaald onderwerp te praten als de lucifer brandt. Spelers leren op een leuke manier hoe ze hun punt moeten maken, zich aan tijdslimieten moeten houden en coherente berichten in een tijdseenheid moeten formuleren. Het is ook een goede manier om zelfvertrouwen te ontwikkelen.

RITMISCHE SPELVORMEN

Mentaal uitdagende activiteiten worden altijd gevolgd door een ontspannen, dynamisch spel. Een illustratief voorbeeld is de 'lopende handen'-oefening. De deelnemers zitten in een cirkel aan een tafel en leggen hun handen op de tafel zodat ze altijd elkaar kruisen. Bijvoorbeeld, een speler plaatst zijn rechterhand op de tafel, en de speler rechts van hem plaatst zijn linkerhand achter de rechterhand van de speler voor hem. De oorspronkelijke speler plaatst vervolgens zijn linkerhand op de tafel, en de speler rechts plaatst zijn rechterhand naar beneden. Dit proces wordt herhaald totdat alle deelnemers hun handen gekruist en rustend op de tafel hebben. De volgende stap is dat iemand de handbeweging initieert door met zijn handpalm op de tafel te klappen. Het doel is om de rotatie voort te zetten, waarbij de volgende hand in de rij altijd op de tafel slaat. Als een speler het ritme niet kan bijhouden, wordt die hand uit het spel verwijderd. Als een speler twee keer op de tafel slaat, draait de ronde om en gaat verder vanaf dat punt.

Een ander voorbeeld is het gebruik van dans-imitatie. De groep vormt een grote cirkel en selecteert één lid om de cirkel te verlaten terwijl de anderen de rol van de "dirigent" bespreken. De dirigent leidt de groep door bewegingen te demonstreren, die de andere leden vervolgens kopiëren. Zodra de dirigent is geselecteerd, wordt de persoon die eerder afwezig was uit de cirkel uitgenodigd om de groep weer te vervoegen, en neemt een positie in het midden van de cirkel in. De rol van het teamlid is om de dirigent te vinden die de bewegingen initieert. Zodra de dirigent is opgemerkt, wordt deze in het midden van de cirkel geplaatst. Dit spel is een effectieve methode om stress en spanning te verminderen die zich tijdens lange taken hebben opgehoopt, en biedt een goede tegenbalans voor perioden van immobiliteit.

DANS WEG!

We staan in een cirkel, en elke deelnemer krijgt de kans om zichzelf of zijn/haar huidige toestand/gevoelens over iets uit te drukken in een dansbeweging. Dit leuke, korte spel ontwikkelt zelfexpressievaardigheden en abstract denken.

GERESERVEERDE STOELN

In een ruimte of buiten, plaats de stoelen in twee kolommen, in paren. De leden van de groep gaan op hun eigen stoelen zitten, en de scheidsrechter staat op uit zijn/haar stoel en beweegt zo ver mogelijk weg van zijn/haar lege stoel. Zodra hij/zij dit punt heeft bereikt, begint hij/zij met een constante snelheid naar zijn/haar stoel te bewegen om weer te gaan zitten. Het is de taak van de groepsleden om te voorkomen dat de scheidsrechter gaat zitten. Ze kunnen dit doen door iemand op de lege stoel te laten zitten. Echter, er blijft dan weer een andere stoel leeg, dus de scheidsrechter verandert van richting en beweegt altijd naar de vrije stoel.

Het doel is om de scheidsrechter zo lang mogelijk staande te houden. Je kunt wat tijd tussen twee rondes laten voor de groepsleden om hun strategie te bespreken. Dit spel is erg goed voor het ontwikkelen van samenwerkingsvaardigheden en systeemdenken.

VERSTERKEN VAN ZELFBEWUSTZIJN:

- Wat zijn de drie innerlijke kwaliteiten die je echt leuk vindt?
- Wat doe ik graag?
- Waar weet ik iets van?
- Wat wil ik verbeteren?

De taak is om de vragen één voor één te beantwoorden en hun antwoorden in paren te bespreken.

LEREN OVER GROEPSROLLEN:

De deelnemers ontvangen vervolgens een print van een afbeelding van een uitgebreide voetbalteam. Ze worden gevraagd om het karakter te kiezen waarmee ze zichzelf het meest identificeren en dit in te kleuren.

Aan het einde van de oefening bespreken we in groepen de rollen, sterkte en plaatsen van elk karakter binnen een team.

PRESENTATIE VAN LIEFDESTALEN:

We introduceren kort de theorie van de liefdestalen van Gary Chapman aan de groep.

"Op basis van tientallen jaren praktijkervaring is de Amerikaanse gezins- en relatietherapeut Gary Chapman tot de conclusie gekomen dat we liefde leren op dezelfde manier als we onze moedertaal leren, en dat liefde wordt gecommuniceerd via vijf basis communicatiekanalen. Ieder van ons ontvangt en drukt liefde uit in de taal waarvoor onze opvoeding en persoonlijke aanleg ons het meest ontvankelijk hebben gemaakt. Dit is waarom onze uitingen van liefde vaak mislukken, omdat de zender en ontvanger van de boodschap elkaar niet begrijpen.

DE 5 LIEFDESTALEN:

1. Woorden van bevestiging: Woorden van waardering bieden verbale versterking voor de geliefde. Waardering kan gaan over de persoonlijkheid, het uiterlijk of een actie die ze voor ons of voor anderen hebben gedaan.

2. Kwaliteitstijd: Kwaliteitstijd betekent dat je je partner je onverdeelde aandacht geeft. TV kijken samen is geen kwaliteitstijd, omdat we niet op elkaar letten.

3. Ontvangen van cadeaus: Voor veel mensen is de beste manier om zich geliefd te voelen, het ontvangen van een cadeau.

4. Daden van dienstbaarheid: Voor degenen die de liefdestaal van dienstbaarheid spreken, spreken daden luider dan woorden.

5. Fysieke aanraking: We weten al lang dat fysieke aanraking een krachtige emotionele impact heeft.

Het doel van de sessie is om het concept te vertalen naar de taal van jongeren, en de verschillende manieren waarop we de wereld waarnemen te demonstreren. Door middel van tastbare voorbeelden laten we jongeren zien hoe ze hun perspectief in een sociale situatie kunnen veranderen en meer afgestemd kunnen raken op de mensen met wie ze interactie hebben. Deze sessie ontwikkelt empathie vaardigheden, faciliteert sociale verbinding en helpt de aard van conflicten te begrijpen.

GOEDE RODDELS

Het positieve roddel spel is een feedback techniek die op een dieper niveau van groepsvorming kan worden gebruikt, aan het einde van een proces. De deelnemers worden in groepen van drie verdeeld en gevraagd elkaar positieve feedback te geven. De persoon die feedback ontvangt, moet worden besproken alsof hij of zij niet in de groep is - de andere twee partijen moeten over de derde persoon in de derde persoon enkelvoud spreken. De twee deelnemers die roddelen, staan tegenover elkaar, de derde deelnemer over wie wordt geroddeld, heeft zijn/haar rug naar hen toegekeerd en luistert alleen naar wat ze zeggen.

We kunnen de groepsleden aan het begin helpen door leidende vragen te stellen om hen beter te laten begrijpen hoe ze positieve feedback kunnen geven.

Er wordt een tijdslimiet ingesteld voor de duur van de roddel, en daarna wisselen we.

- Aan het einde van het spel bespreken we de ervaring in grote groepen.

ZELFBEWUSTZIJN QUIZ

Het spel kan in kleine of grote groepen worden gespeeld. Tijdens het spel moeten de groepsleden verschillende zelfbewustzijn vragen beantwoorden (bijv. wat hun favoriete film of boek is, wat het meest ontspannende is dat ze doen, wat het beste/slechtste is dat hen die dag is overkomen, wat hen gelukkig maakt, wat hen boos maakt, enz.).

Je kunt vooraf gemaakte vraagkaarten of digitaal gemaakte spellen gebruiken.

<https://wordwall.net/hu/resource/33911909> of

<https://wordwall.net/hu/resource/2565724>

DE BOOM VAN MIJN LEVEN

Deze oefening stelt groepsleden in staat om op een nieuwe manier over hun leven en zichzelf na te denken door een boom te tekenen.

We vragen jongeren om een boom te tekenen met wortels, stam, takken en bladeren.

Voor elk deel van de boom moeten deelnemers het volgende opschrijven:

- Wortels: wat hen kracht geeft, hen sterk houdt.
- Stam: vaardigheden, kwaliteiten die specifiek zijn voor hen.
- Tak: doelen, aspiraties, visies voor de toekomst.
- Bladeren: hun belangrijkste prestaties en successen tot nu toe.

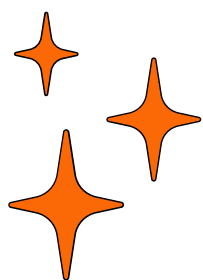
Zodra de tekeningen zijn voltooid, kunnen ze individueel en vervolgens als groep werken aan hoe de taak hen heeft beïnvloed (bijv. Hoe voelde het om de tekening te maken? Hoe gemakkelijk was het? Hoe voel je je als je naar je boom kijkt?).

Er zijn verschillende versies van de Boom van het Leven-oefening. Het is belangrijk om deze versie, die gericht is op het heden en de toekomst, voor deze doelgroep te gebruiken, aangezien de relatie met het verleden en gebeurtenissen uit het verleden bijzonder verstorend voor hen kan zijn.

De oefening draait volledig om het versterken van een positief zelfbeeld, het vinden van sterkte, bronnen en ankers die hen kunnen ondersteunen bij het bereiken van hun toekomstbeeld.

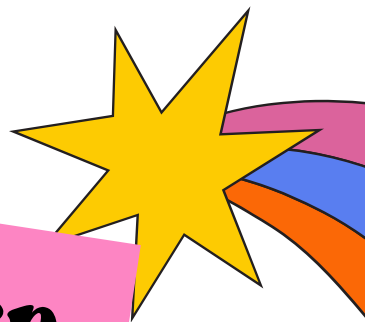
IN DE DERDE WEEK GEBRUIKTEN WE HET
BEDRIJFSSIMULATIESPEL. DE THEORETISCHE BASIS,
DE ACTIVITEIT ELEMENTEN EN EEN GEDETAILLEERDE
BESCHRIJVING VAN HET SPEL ZULLEN BESCHIKBAAR
WORDEN GESTELD OP DE PROJECTWEBSITE:
[PROJECT WEBSITE.](#)





Enkele

Getuigenissen



WAT HEBBEN DE JONGEREN MEEGENOMEN UIT HUN INTERNATIONALE AVONTUREN?

AAN HET EINDE VAN DE INTERNATIONALE WEKEN VROEGEN WE DE DEELNEMERS EEN REEKS VRAGEN IN EEN FEEDBACK VRAGENLIJST. WE VROEGEN HEN OOK WAT ZE UIT DE WEEK HEBBEN MEEGENOMEN. DIT IS WAT ZE SCHREVEN:

- Ik neem alles mee: geluk, vriendschap
- geluk, goede stemming, meer moed
- saamhorigheid en respect
- Onze stem!
- hoewel we een andere taal spreken, kun je altijd op een manier communiceren zoals we deze week deden
- durf meer te zeggen over hoe ik me voel
- Onze stem
- Onze stem!
- de liefde, de tolerantie, de goede stemming, de gratie
- mezelf
- veel glimlachen, vreugde, conflicthantering, goede ervaringen
- vreugde, goede ervaringen
- de goede ervaringen omdat ik de slechte wil vergeten
- ervaring en avonturen
- vreugde, vrolijkheid
- veel leren (wat ik heb geleerd: cultuur)
- vriendschap
- cultuur
- praten over mijn gevoelens

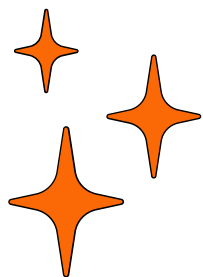


Enkele getuigenissen

AAN HET EINDE VAN DE INTERNATIONALE WEKEN VROEGEN WE DE DEELNEMERS EEN REEKS VRAGEN IN EEN FEEDBACK VRAGENLIJST. WE VROEGEN HEN OOK WAT ZE UIT DE WEEK HEBBEN MEEGENOMEN. DIT IS WAT ZE SCHREVEN:

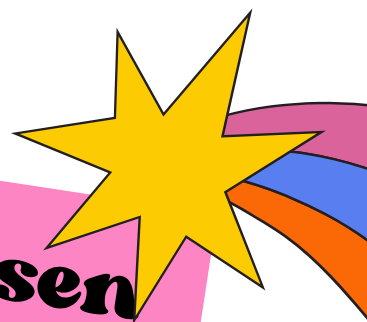
- Samen spelen en denken met de leden van de groep**
- Een goede stemming tijdens het reizen
- Ik neem veel liefde mee
- Glimlachen, geluk, spelletjes en vrienden
- de persoonlijkheden van de trainers waren erg boeiend
- gezamenlijke spellen
- de vertaling en de vertalers waren goed
- ik heb veel nieuwe dingen over mezelf geleerd
- baden, spelletjes en lifts
- ik neem veel ervaringen mee
- ik neem meer zelfvertrouwen mee
- het positieve roddel spel
- ik neem de landschappen die we samen hebben gezien mee
- de kleurrijke programma's in de namiddag
- strategisch denken
- gezamenlijke discussies
- nieuwe vrienden
- lachen, ervaringen
- Roemeense muziek en woorden





Enkele

Getuigenissen



AAN HET EINDE VAN DE INTERNATIONALE WEKEN VROEGEN WE DE DEELNEMERS EEN REEKS VRAGEN IN EEN FEEDBACK VRAGENLIJST. WE VROEGEN HEN OOK WAT ZE UIT DE WEEK HEBBEN MEEGENOMEN. DIT IS WAT ZE SCHREVEN:

- ervaringen; lessen geleerd over coaching;
- samenwerking met de social media groep; beter een 'oops' dan een 'wat als'
- geweldige ervaringen
- alles
- ik heb Engels geleerd
- Nieuwe taal
- Veel plezier, cadeau
- Vrolijkheid, plezier
- alle goede momenten
- nieuwe plekken, cultuur
- goede herinneringen
- droom
- met elkaar communiceren
- dat samenwerken belangrijk is
- alle leuke momenten





WE HOPEN DAT JE ONS BOEKJE NUTTIG VOND!

WE HOPEN DAT JE ONS BOEKJE NUTTIG VOND! ALS JE MEER WILT WETEN OVER ONS PROJECT, KIJK DAN GEWOON OP [ONZE WEBSITE](#) EN VOLG ONS OP SOCIALE MEDIA!

- [Parents' House Public Benefit Foundation](#)
- [Asociatia Pro Agriensis Foundation](#)
- [Kommunió Foundation](#)
- [De Stuyverij](#)

JE KUNT OOK CONTACT MET ONS OPNEMEN VIA E-MAIL ALS JE SPECIFIEKE VRAGEN HEBT:

Hongarije: Lilla Balla, projectcoördinator: lilla@szulokhaza.hu

België: Stefanie Deleu, programmamanager: stefanie@destuyverij.be

Roemenië: Zsuzsanna Márton, programmamanager: proagriensis@gmail.com



Funded by
the European Union

Erasmus+
Enriching lives, opening minds.