

We maken er werk van!

UWV Traject Bevorderen Maatschappelijke Deelname

Helaas zijn er zaken die een dergelijke impact op je leven en je carrière hebben dat je hulp van buitenaf nodig hebt. De nare situatie waarin je bent of bent geweest hebben ertoe bijgedragen dat er slechts enkele sociale contacten zijn. Er zijn wel activiteiten buiten de deur maar deelnemen aan het arbeidsproces is (nog) een brug te ver. Je wilt weer verder, zou stappen willen maken, maar vindt het niet eenvoudig om met de situatie om te gaan. Misschien is het grenzen stellen moeilijk of ben je onzeker. Wij helpen je om maatschappelijk actief te worden en het een plek te geven.

Wij kunnen je helpen door te werken aan; versterken van motivatie, zelfvertrouwen en zelfbeeld, bij het leren grenzen stellen en ook bij (de eerste voorzichtige opbouw van) je fysieke en psychische belastbaarheid en weerbaarheid in relatie tot werk.

Een traject “bevorderen maatschappelijke deelname” is maatwerk. In de intake bespreken we samen wat jij nodig hebt om weer maatschappelijk actief te worden en met de nieuwe situatie om te gaan. Op basis daarvan gaan we in overleg met het UWV. Gezamenlijk gaan we beoordelen wat goed zal helpen om jouw situatie in het positieve te veranderen.

Daarbij moet je denken aan dingen als:

- Het in kaart brengen en oplossen van problemen die je op dit moment blokkeren om een volgende stap te maken
- Hulp bij het leren stellen van grenzen, op een juiste manier hierover communiceren en opbouwen van het zelfvertrouwen
- Hulp bij het opbouwen of wederopbouwen van een sociaal netwerk
- Werken aan je praktische, sociale en werknemers vaardigheden
- Oriëntatie en begeleiding richting vrijwilligerswerk en sociale activiteiten

Eén vertrouwde begeleider, met de kracht van ons team

Je wordt ondersteund en gecoacht door een vaste begeleider.

Het is natuurlijk belangrijk dat er een klik met je begeleider is. Die klik draagt bij om samen oplossingen te zoeken die jou verder helpen. We staan graag 7 dagen per week 24 uur per dag voor je klaar, dus het kan zijn dat je ook collega's van je coach spreekt. Uiteraard maken we afspraken over waar en hoe je contact met ons hebt en welke hulpverlening er eventueel al is, zodat dit aansluit bij de aanpak, wensen en doelen.

We ondersteunen bij de participatiedoelen, zodat wonen, werken en sociale contacten op een voor ieder wenselijk niveau komt.

- We werken aan waardering voor de aandacht voor uw wensen en de bewustwording die dat teweegbrengt.
- We willen aan de slag om de maatschappelijke deelname te verhogen en het doorbreken van enig sociaal isolement.
- Alles is erop gericht een breder sociaal netwerk buiten huis te creëren en om daarmee de afstand tot de arbeidsmarkt te verkleinen.

We maken er werk van!

UWV Traject Bevorderen Maatschappelijke Deelname (vervolg)

Het is niet altijd gemakkelijk om samen met andere mensen dingen te ondernemen. Misschien zie je daar zelfs tegenop. Dat kan bijvoorbeeld komen omdat je onzeker bent over je eigen kunnen, of omdat je somber denkt over wat andere mensen wat van jou vinden? Of gaat de communicatie vaak niet zoals je dat zou willen? Misschien vind je samenwerken niet makkelijk of vind je het lastig om voor jezelf op te komen? Er kunnen veel zaken zijn waardoor het moeilijk is om in actie te komen.

Flexoel wil samen met jou dingen ondernemen om bijvoorbeeld buitenshuis weer mee te doen aan een activiteit. Denk aan sporten of vrijwilligerswerk bij jou in de buurt. Met het UWV stemmen we af hoe we dit samen met jou aan gaan pakken.

Met je begeleider bespreek je wat je moeilijk vindt als je iets met andere mensen onderneemt.

Maar ook: wat vind je leuk om te doen, waar geniet je van, heb je hobby's? Daarnaast leer je hoe je jouw kwaliteiten kunt gebruiken als je meedoet aan een activiteit.

Samen zoeken we uit wat jij nodig hebt om nieuwe stappen te zetten. Bijvoorbeeld:

- meer zelfvertrouwen krijgen én uitstralen
- je kwaliteiten ontdekken
- negatieve gevoelens en angsten overwinnen
- positiever denken
- rustig luisteren en vragen durven stellen
- tips om je grenzen te bewaken
- leren om samen te werken
- tips om je dagritme goed in te delen
- samen een geschikte activiteit vinden.

Ga jij met ons de uitdaging aan?

We staan graag naast je. Laten we er samen voor gaan om kleine en grote overwinningen te behalen die belangrijk voor je zijn.

We helpen je om weer in beweging te komen. Om weer te vertrouwen op jouw eigen kunnen. En om weer mee te doen aan een activiteit. Dit is ook een belangrijke stap op je weg naar werk.

Na deze module kun je in overleg met het UWV bij ons eventueel doorstromen naar een [Werkfit Maken](#) traject, zo nodig gevolgd door een [Naar Werk](#) traject.