



En Nu Ik!

Activerende en motiverende training voor alleenstaande moeders met jonge kinderen. In 10 stappen naar meer inzicht, zelfvertrouwen, motivatie en participatie.

HELP JIJ ALLEENSTAANDE MOEDERS VOORUIT?

Als regisseur/klantmanager Werk & inkomen, wijkcoach of consulent Activerend Werk ken je ongetwijfeld alleenstaande moeders. Sommigen van hen hebben het extra zwaar. Bijvoorbeeld door schulden, huiselijk geweld, sociale isolatie of taalproblemen. Meedoen aan de maatschappij voelt voor deze vrouwen vaak als iets dat ingewikkeld of zelfs onmogelijk is. De zorg voor hun kinderen staat voorop en zij cijferen zichzelf vaak weg.

Hoe begeleid jij deze kwetsbare moeders naar een baan of opleiding?

Dat lukt het best als dit hun mindset is: Denken in mogelijkheden! De training En Nu Ik! van Frieswijk & Company helpt jouw doelgroep hierbij. Jouw voordeel? Jij kunt deze vrouwen effectiever en efficiënter vooruit helpen in het vervolgtraject.

AANMELDEN DEELNEMERS

Wil je iemand aanmelden voor de training En Nu Ik!? Neem dan contact op met Cindy Frieswijk: 06 42 14 61 32. Zij zorgt voor een afspraak voor een gezamenlijke intake.

Goed om te weten: elke training bestaat uit 10 wekelijkse bijeenkomsten van 2,5 uur. Er zijn 4 trainingen per jaar.

FRIESWIJK
—
& COMPANY

TRAINING EN NU IK!

Tijdens de training En Nu Ik! ervaren alleenstaande moeders dat ze méér zijn dan alleen een moeder met zorgen en zorgtaken. Ze verleggen de focus van hun kind naar zichzelf. Wat kunnen ze en wat willen ze? Waar zijn ze goed in? Waar zijn ze trots op? Daar draait het 10 weken lang om tijdens een wekelijkse bijeenkomst.

In een groep van maximaal 8 vrouwen:

- » ontdekken de deelnemers hun mogelijkheden
- » leren ze omgaan met belemmeringen
- » wisselen ze onderling ervaringen uit en vergroten ze hun netwerk
- » bespreken ze thuisopdrachten
- » krijgen ze van gastsprekers uitleg en advies over kinderopvang, bijzondere bijstand en het omgaan met een beperkt budget
- » doen ze ervaring op met het uit handen geven van de zorg voor hun kind
- » maken ze een basis cv en stellen ze een actieplan op



Eigen regie en haalbare doelen

Het doel van de training is dat de deelnemers zelf de regie nemen voor een volgende stap op de participatieladder. En lukt dat niet? Dan resulteert de training in andere haalbare doelen.

Na bijeenkomst 10 voeren jij, de deelnemer en de trainer een eindgesprek. Frieswijk & Company zorgt daarna graag samen met jou voor een aansluitend vervolg.



Kinderopvang op de trainingslocatie

Even geen zorg voor de kinderen, maar alle tijd en aandacht voor de vrouwen zelf. Dat regelen we door op de trainingslocatie voor professionele kinderopvang te zorgen voor kinderen tot 5 jaar. Oudere kinderen kunnen gewoon naar school. De bijeenkomsten zijn namelijk altijd onder schooltijd, van 9.15 uur tot 11.45 uur.



Uitsluitend vrouwelijke trainers

We merken dat onze deelnemers zich graag identificeren met de trainers van En Nu Ik. Dat zorgt voor een gevoel van veiligheid en vertrouwen. Daarom hebben we 2 professionele vrouwelijke trainers, die ervaringsdeskundige zijn in het combineren van werk en gezin en die de regio goed kennen: Liesbeth Kruijsen en Cindy Frieswijk.

***‘Ik had nooit gedacht dat ik het in me had:
werken en in mijn eentje kinderen opvoeden.
En Nu Ik! gaf me het vertrouwen en het juiste zetje in de rug.’***

MEER WETEN?

Neem gerust contact met ons op: 06 42 14 61 32.
Frieswijk & Company, Meander 251 | 6825 MC Arnhem
www.frieswijkcompany.nl

FRIESWIJK
—
& COMPANY