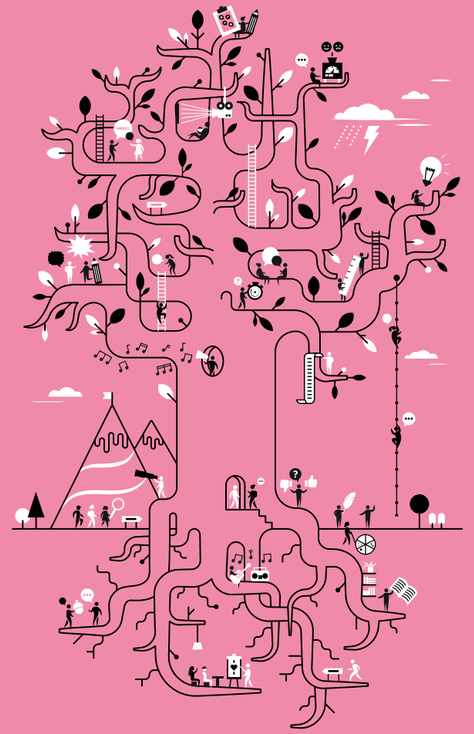
‘Krachtboom!’ is de routekaart om met **mentaal welbevinden en veerkracht aan de slag te gaan**. Het bestaat uit laagdrempelige en onderbouwde manieren om kwetsbare werklozen en jongeren in NEET vanuit een krachtgericht perspectief te ondersteunen.

MEER WETEN?
Wil je aan de slag met veerkracht in jouw begeleidingen? Op www.gezondleven.be/projecten/krachtboom vind je een leidraad, draaiboeken en werkvormen.

Vlaanderen
Welzijn, zorgzaam en gezond samenleven
VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN

VLAAMS INSTITUUT
GEZOND LEVEN



KRACHTBOOM!

VERKEN JE KRACHTEN EN VERSTERK JE VEERKRACHT!

KRACHTBOOM!

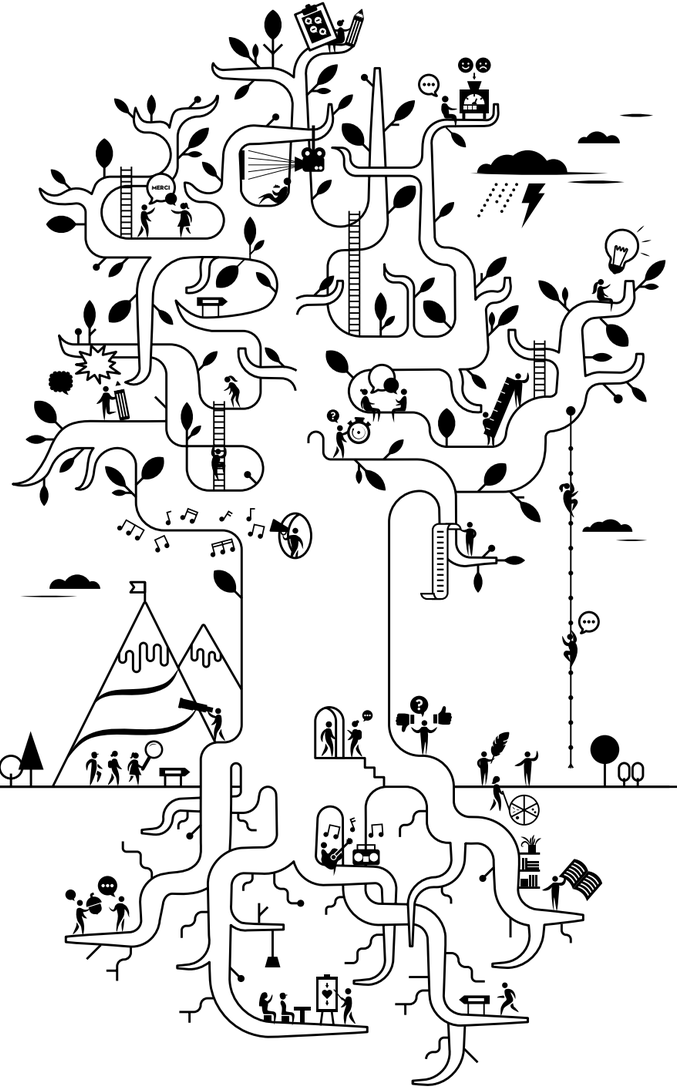
VERKEN JE KRACHTEN EN VERSTERK JE VEERKRACHT!

WIE?

Jobcoaches, trajectbegeleiders, maatschappelijk werkers die (kwetsbare) werklozen en jongeren in een NEET-situatie richting werk begeleiden.

WAAROM?

Door de focus te leggen op positieve levensverhalen, interne en externe hulpbronnen zet je mensen in hun kracht en help je hen om met **moeilijkheden en tegenslagen om te gaan**. Het is een boost in de zoektocht naar een zinvolle dagbesteding en een meerwaarde in de zoektocht naar werk.



WANNEER?

Krachtboom!' kan als aanvullend instrument ingezet worden voor, tijdens of na begeleidingen richting werk. En dit zowel voor één-op-één- als groepsbegeleidingen.

HOE?

INDIVIDUELE BEGELEIDING

Energizers: max. 15 minuten

Weinig tijd: 15 tot 30 minuten → **DATABANK** overzicht van werkvormen

Iets meer tijd: max. 2 uur → **1 ATELIER 'KRACHTBOOM!'** individuele begeleiding

Veel tijd: 4x max.1,5 uur → **TRAJECT 'KRACHTBOOM!'** (4 ateliers - individueel traject)

GROEPSBEGELEIDING

Energizers: max. 15 minuten

Weinig tijd: 15 tot 30 minuten → **DATABANK** overzicht van werkvormen

Iets meer tijd: max. 2,5 uur → **1 ATELIER 'KRACHTBOOM!'** groepsbegeleiding

Veel tijd: 4x max. 3 uur → **TRAJECT 'KRACHTBOOM!'** (4 ateliers - groepstraject)