



Programma's voor jongeren



**“Ik ben weer positief over de toekomst,
doordat ik nu weet wat ik juist wél goed kan.”**

SGL

Postbus 5036
6130 PA Sittard
T 045-8000910
E info@sgl-zorg.nl
www.sgl-zorg.nl

Ben jij toe aan een volgende stap in je leven?

Ben je tussen de 18 en 35 jaar oud? Kom je net van school of ben je klaar met revalideren? Dan denk je wellicht na over een volgende stap in je leven. Maar je wilt natuurlijk ook gewoon leuke dingen doen met leeftijdsgenoten.

Herkenbaar?

Dan is het jongerenprogramma van SGL écht iets voor jou!

Jij staat centraal

Het jongerenprogramma biedt een combinatie van leren, werken en/of ontspannen, waarbij je toewerkt naar die volgende stap. Wij helpen je om jezelf te ontwikkelen, je talenten te (her)ontdekken en zelfstandiger te worden. Je werkt op een informele manier aan je (sociale) vaardigheden, zelfvertrouwen, weerbaarheid en levenshouding. Daarbij houden we zoveel mogelijk rekening met jouw mogelijkheden en interesses.



WORK hard...

We dagen je in het jongerenprogramma volop uit om je grenzen op arbeidsmatig gebied te verleggen. Zo werk je in het onderdeel WORK aan een persoonlijke opdracht, bijvoorbeeld op het gebied van plannen, samenwerken of concentreren. Die vaardigheden bouw je verder uit bij organisaties als SnowWorld en Natuurmonumenten, waar je werkervaring opdoet.



...play hard!

In de Jongerenontmoetingsplek (JOP) kun je allerlei activiteiten ondernemen, zoals creatief bezig zijn, op stap gaan, film kijken of koken. Ondertussen werk je aan je sociale vaardigheden. Ook is er binnen het jongerenprogramma veel ruimte voor sport. Sporten zorgt er namelijk niet alleen voor dat je lekker in je vel zit, het is vooral leuk! We bieden altijd wel een sport die bij jou past.

Enkele voorbeelden van sportactiviteiten zijn:

- Judo
- Poolen
- Boogschieten
- Cardio
- Fitness

Of je nu deelneemt aan WORK, de JOP of het sporten, alle activiteiten vinden plaats in een groep en met leeftijdgenoten.



Ondersteuning bij zelfstandig wonen

Als je dat wilt, krijg je tijdens het jongerenprogramma praktische tips en handvatten rondom zelfstandig wonen. Het maakt daarbij niet uit of je bij je ouders, in een eigen woning of in een woonbegeleidingscentrum woont. Samen werken we onder meer aan structuur, daginvulling en huishouden.



Hersenz Jong

SGL start begin 2018 tevens met Hersenz Jong! Dat is een programma speciaal ontwikkeld voor jongeren met hersenletsel van 18 tot ongeveer 30 jaar, met de modules 'Dit ben ik' en 'Op eigen benen'. Neem voor meer informatie contact op via hersenz@sgl-zorg.nl.

Over SGL

Wij begeleiden, behandelen en trainen mensen met hersenletsel en/of een lichamelijke beperking. Ons doel is dat zij zo zelfstandig mogelijk kunnen functioneren in hun omgeving en de maatschappij. Zo halen zij, samen met hun naasten, het maximale uit het leven.

Wil je meer informatie?

Kijk dan in het oranje blokje voor de contactgegevens. Maar neem zeker ook eens een kijkje op onze sociale media!



SGL zorg



SGLzorg



SGL-jongeren



SGLzorgLimburg

Postbus 5036
6130 PA Sittard
T 045-8000910

E info@sgl-zorg.nl
I www.sgl-zorg.nl