

## Werkboeken Jij Leert

---

Met de werkboeken van Jij leert kun je in je eigen omgeving met of zonder begeleiding zelf aan de slag in je eigen tempo. Ook kun je als begeleider met een groepje mensen aan de slag met deze werkboeken. Laat je ons even weten als je dit wilt gaan doen? Dan hebben wij extra materiaal voor je. De werkboeken van Jij Leert zijn gratis te bestellen via [jijleert@pluryn.nl](mailto:jijleert@pluryn.nl)!



### 1. Handleiding werkboeken

De handleiding beschrijft hoe je als begeleider kunt begeleiden als je met een deelnemer met de werkboeken aan de slag gaat.

### 2. Werkboeken

#### Persoonlijke ontwikkeling

- Hoe presenteer ik mijzelf
- Goed in je vel, omgaan met spanning
- Eigen kracht, **niet voorradig - wordt op dit moment aangepast**
- Kiezen en beslissen
- 18 en dan?
- Weet wat je kan, in gesprek over LVB

#### Wonen en huishouden

- Post en administratie
- Opruimen en schoonmaak
- Verhuisboek
- Verhuisplanning, vooral voor ambulante cliënten
- Verhuisdocument, voor het netwerk en begeleiders

#### Gezondheid en veiligheid

- EHBO, eenvoudige versie
- EHBO in en om het huis
- Persoonlijke verzorging
- Leefstijl
- Stoppen met roken
- Vriendschap, relaties en seksualiteit
- Vriendschap, relaties en seksualiteit, met extra uitleg gebruik werkboek voor begeleiders
- Duurzaamheid
  - Energie en water
  - Afval en voeding

#### Financiën

- Budgetteren
- Begroting
- Waarde van geld en geld wisselen
- Betalen met je pinpas

## Internet, e-mail en social media

- Internet
- E-mail
- Social media
  - Wat is social media?
  - Social media en berichten
  - Social media en vrienden
- Social media handboek voor begeleiders, met tips om een jongere zo goed mogelijk te begeleiden

## Sociaal netwerk

- Je netwerk; de mensen om je heen
- Vriendschap of verkering
- Vrienden maken en blijven
- Een goede buur

## Arbeidsvaardigheden

- Training assistent toerisme Apeldoorn, hoort bij Fysieke training 'Statie'
- Klantvriendelijkheid
- Hoezo hygiëne op het werk?
- Solliciteren
- Werknemersvaardigheden

## 3. In de maak zijn

- Vakken vullen, in opdracht van de Buurtmarkt/Groesbeek
- Emoties, i.s.m. Estinea
- Gezond koken en boodschappen doen (werktitel)
- Pesten

## 4. Wist je dat?

- Wij ook op locatie trainingen geven? Alle onderwerpen kunnen door onze trainers op locatie gegeven worden. Kosten per dagdeel € 225 incl. voorbereidingstijd en excl. reiskosten trainer. Max. Aantal deelnemers in overleg.
- Jij ook training kunt geven aan je cliënten?
- Uitgeschreven trainingen klaarliggen over: Gezond en fit, Hobby, Geld, Liefde.
- De training 'Een prettige collega' bij ons te huur is?