

Van de zijlijn terug in de wedstrijd

Zelfredzaamheid, bewustzijn, passie, veerkracht, respect



DE HARDE
SINDS  2015
LEERSCHOOL



KERNWAARDE



ZELFREDZAAMHEID

COMPETENTIES

Zelfstandig, Oordelen, Eigenaarschap, Zelfregulering,
Sociaal, Besluitvaardig, Zelfvertrouwen

PASSIE

COMPETENTIES

Initiatief, Moed, Nieuwsgierig, Inspiratie

BEWUSTZIJN

COMPETENTIES

Zelfinzicht, (Zelf)acceptatie, Lichaamsbewustzijn, Omgevingsbewustzijn,
Handelingsbewustzijn, Denkbewustzijn

VEERKRACHT

COMPETENTIES

Evenwichtig, Aanpassingsvermogen, Heroriëntatievermogen

RESPECT

COMPETENTIES

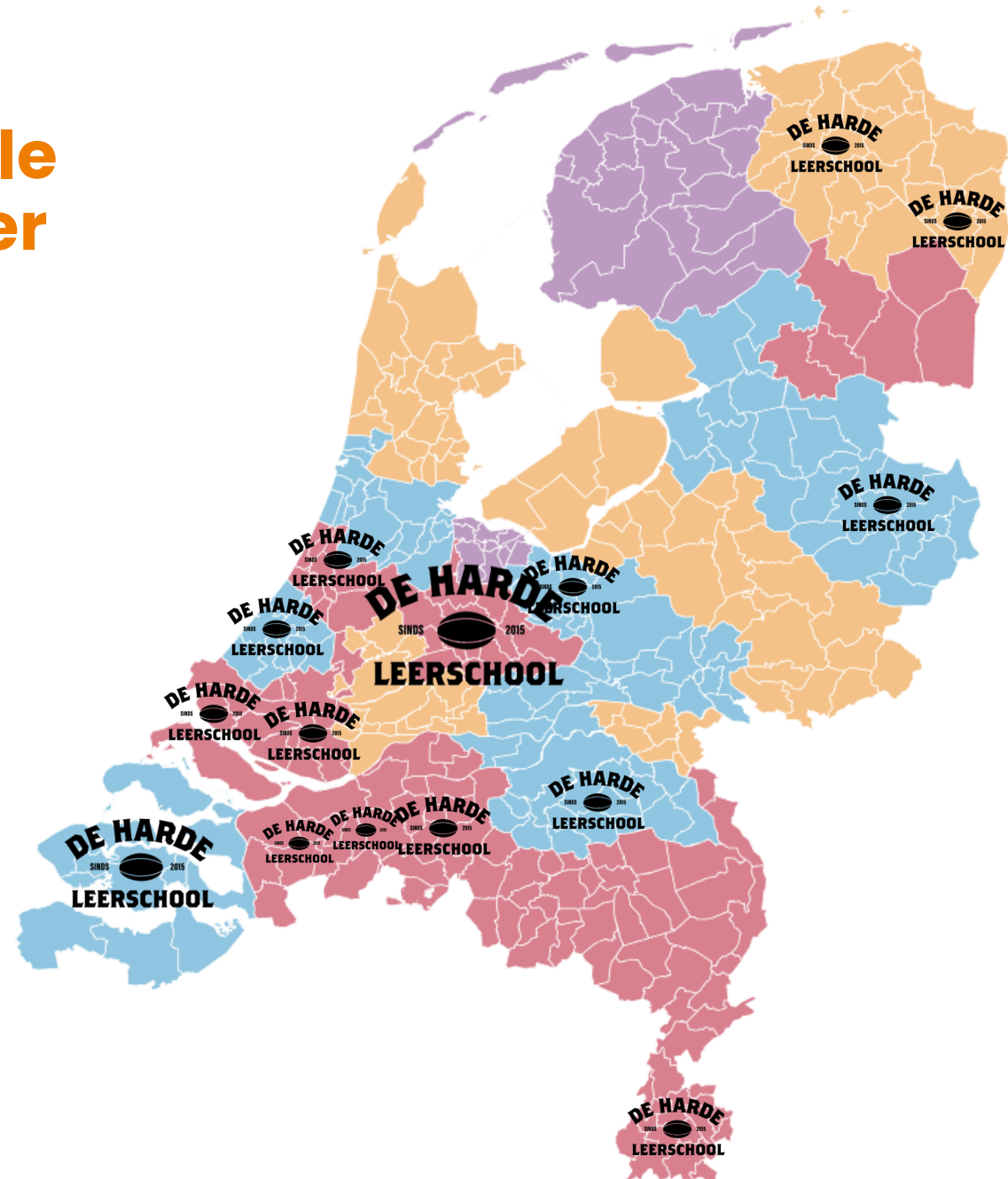
Integer, Communiceren, Mensgericht





Sinds 2015 succesvolle projecten, onder meer in:

- Den Haag
- Leiden
- Middelburg
- Almelo
- Schiedam
- Rotterdam
- Roosendaal
- Uden
- Groningen
- Amersfoort
- Breda
- Nieuwegein



Wat doet Stichting De Harde Leerschool?
Stichting De Harde Leerschool begeleidt jongeren en volwassenen die zich aan de zijlijn van de samenleving bevinden, terug naar een actieve rol. Wij bieden intensieve programma's waarbij sport en persoonsvorming centraal staan. Onze missie? Mensen "van de zijlijn terug in de wedstrijd" brengen.

Algemeen Nut
Beogende Instelling
ANBI
1 Interventie =
6 Maanden
48 Contactdagen
320 uur



Fysieke
activiteiten
en vorming



Gezonde
Leefstijl



Cognitieve
gedrags
training



Fysio

Hoe doen we dat?



Maatwerk



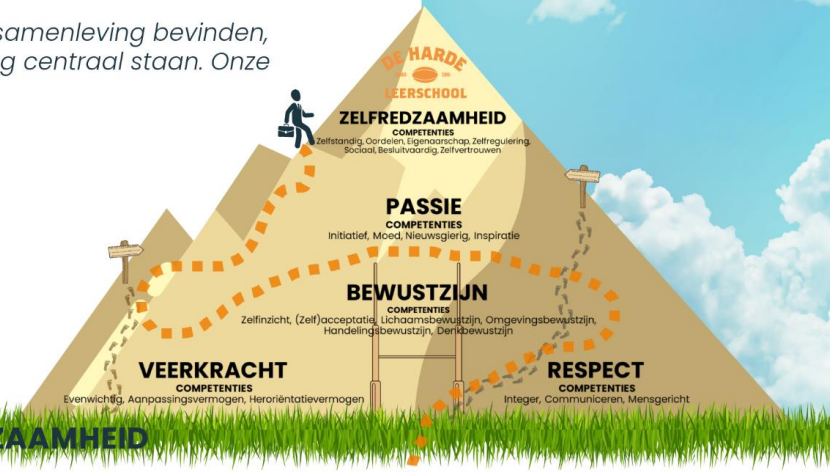
Helder
spiegelen



Activerende
werkwijze



Positief
Coachen



Voor wie?

Bij ons is **iedereen** vanaf 18 jaar **welkom**, ongeacht achtergrond, geslacht, afkomst of geaardheid. Samen leren en groeien maakt ons traject krachtiger en versterkt de impact op deelnemers, trainer-coaches, begeleiders, ouders en de hele omgeving. **Diversiteit** is bij ons niet alleen welkom – **het is onze kracht**.



Uitkeringsgerechtigden - Sara, 29 jaar

Situatie: Sara ontvangt al enkele jaren een uitkering. Ze heeft moeite om een vast dagritme te behouden en vindt het lastig om motivatie te vinden om weer aan het werk te gaan.

Traject: Door deelname aan ons programma vindt Sara structuur en zelfvertrouwen terug. Ze ontwikkelt vaardigheden en leert omgaan met uitdagingen, waardoor ze stappen kan zetten richting werk of vrijwilligersactiviteiten.



Wachtenden op Zorg - Ali, 21 jaar

Situatie: Ali wacht al maanden op psychologische hulp voor zijn angstklachten. Door de lange wachttijd voelt hij zich geïsoleerd, wat zijn persoonlijke ontwikkeling belemmert.

Traject: Bij De Harde Leerschool werkt Ali aan het verbeteren van zijn gezondheid en voedingspatroon en bouwt hij een trainingsritme op. Deze focus op fysieke fitheid en routine zorgt voor meer rust in zijn hoofd, waardoor hij zich sterker voelt. Onderzoek toont aan dat beweging en gezonde voeding de mentale gezondheid positief beïnvloeden, waardoor Ali straks beter aan zijn zorgtraject kan beginnen.



Wijkbewoners met Uitdagingen - Kevin, 19 jaar

Situatie: Kevin verveelt zich vaak en brengt tijd door met vrienden die soms overlast veroorzaken. Hij voelt zich onzeker over zijn toekomst en mist richting.

Traject: Door het programma krijgt Kevin de kans om open te praten over zijn uitdagingen en krijgt hij handvatten aangereikt om volwassen oplossingen te vinden. Het contact met zijn omgeving is verbeterd, en hij leert verantwoordelijkheid nemen. Door deze steun en structuur ziet hij de waarde van positieve keuzes voor zichzelf en zijn wijk.



Nieuwkomers en Statushouders - Amal, 32 jaar

Situatie: Amal is twee jaar geleden gevlucht en woont nu in Nederland. Ze wil graag bijdragen aan de samenleving, maar vindt het moeilijk om haar plek te vinden en de taal goed te leren.

Traject: In ons traject ontmoet Amal anderen met diverse achtergronden. Ze leert de taal en krijgt begeleiding bij praktische en sociale vaardigheden, ze komt in contact met een werkgever die haar een kans geeft.



Voorkomen van Sociale Isolatie, eenzaamheid - Anneke, 53 jaar

Situatie: Anneke woont alleen en heeft nauwelijks sociaal contact. Ze voelt zich geïsoleerd en heeft moeite om sociale activiteiten te ondernemen, wat soms leidt tot financiële problemen.

Traject: Door het programma komt Anneke in contact met anderen, voelt ze zich onderdeel van een groep en bouwt ze een nieuw sociaal netwerk op dat haar steun en structuur biedt. Dit zet ze voort bij een werkgever na het traject



Gedragsontwikkeling - Mark, 20 jaar

Situatie: Mark worstelt met impulsief gedrag en kampt daarnaast met een verslaving waar hij graag van af wil. De route naar verslavingszorg blijkt moeilijk en de wachttijden zijn lang, waardoor hij extra steun nodig heeft.

Traject: Bij De Harde Leerschool leert Mark om zijn emoties beter te begrijpen en te beheersen. Hij werkt met praktische technieken voor zelfcontrole en ontdekt de positieve impact hiervan op zijn relaties en toekomstmogelijkheden. Het traject helpt hem om sterker en gemotiveerder te worden, zodat hij beter kan omgaan met zijn verslavingsproblematiek en een basis legt om zijn leven op een positieve manier vorm te geven.



Re-integratie na Uitdagingen - Jeroen, 23 jaar en Alex, 30 jaar

Situatie: Jeroen keert terug in de samenleving na een gevangenisstraf, en Alex verblijft in een safehouse na verslavingszorg. Voor beiden is de directe stap naar werk nog te groot.

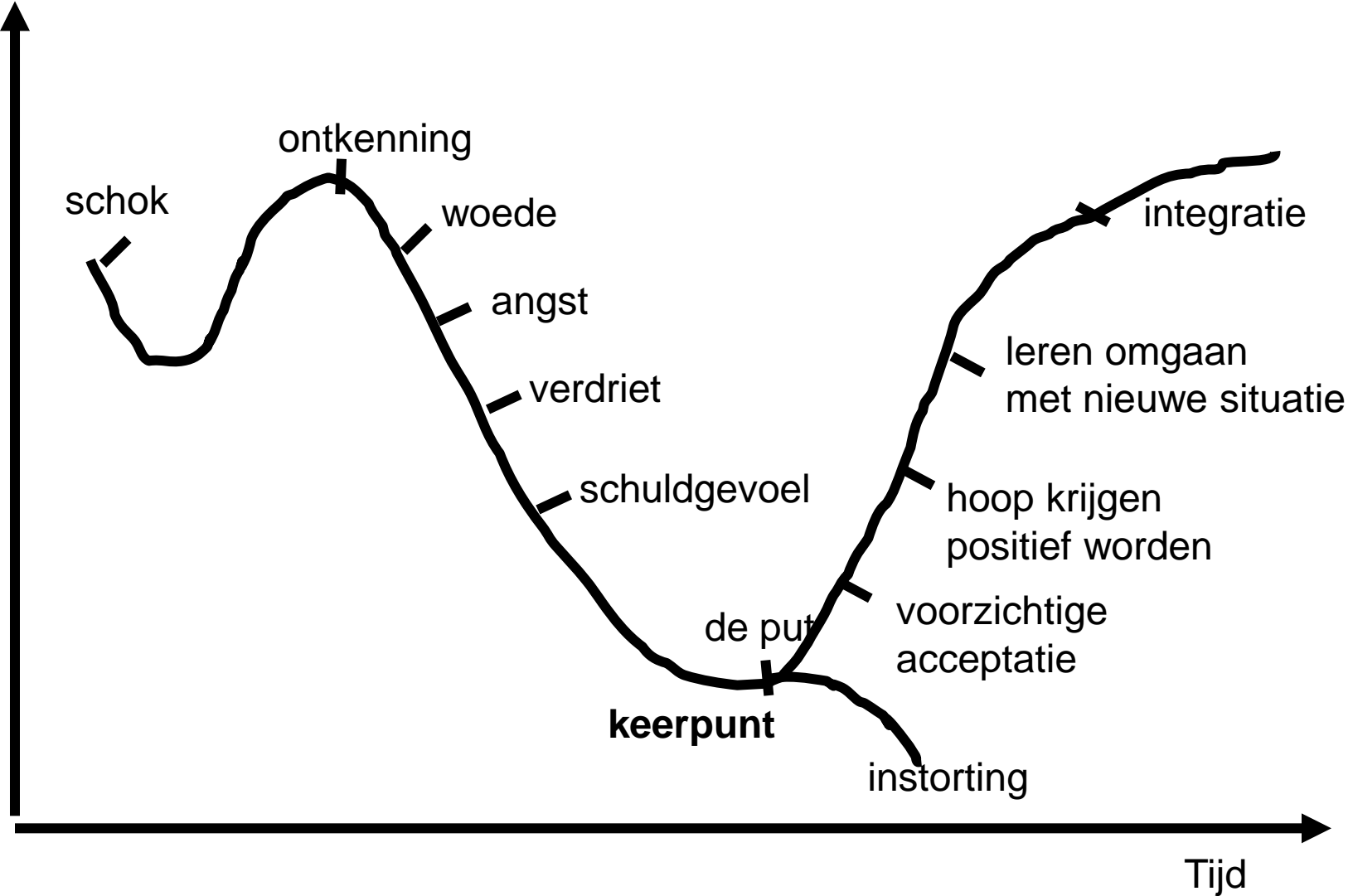
Traject: Bij De Harde Leerschool werken Jeroen en Alex aan hun zelfvertrouwen en stellen zij persoonlijke doelen, waardoor zij uiteindelijk in staat zijn de stap naar werk te zetten. Het programma biedt hen de nodige structuur en vaardigheden om actief deel te nemen aan de samenleving en zich voor te bereiden op een duurzame terugkeer naar werk.





Verandercurve

Stabiliteit, energie
vitaliteit, positieve
mentale houding



Evaluatie
• Lig ik nog op koers

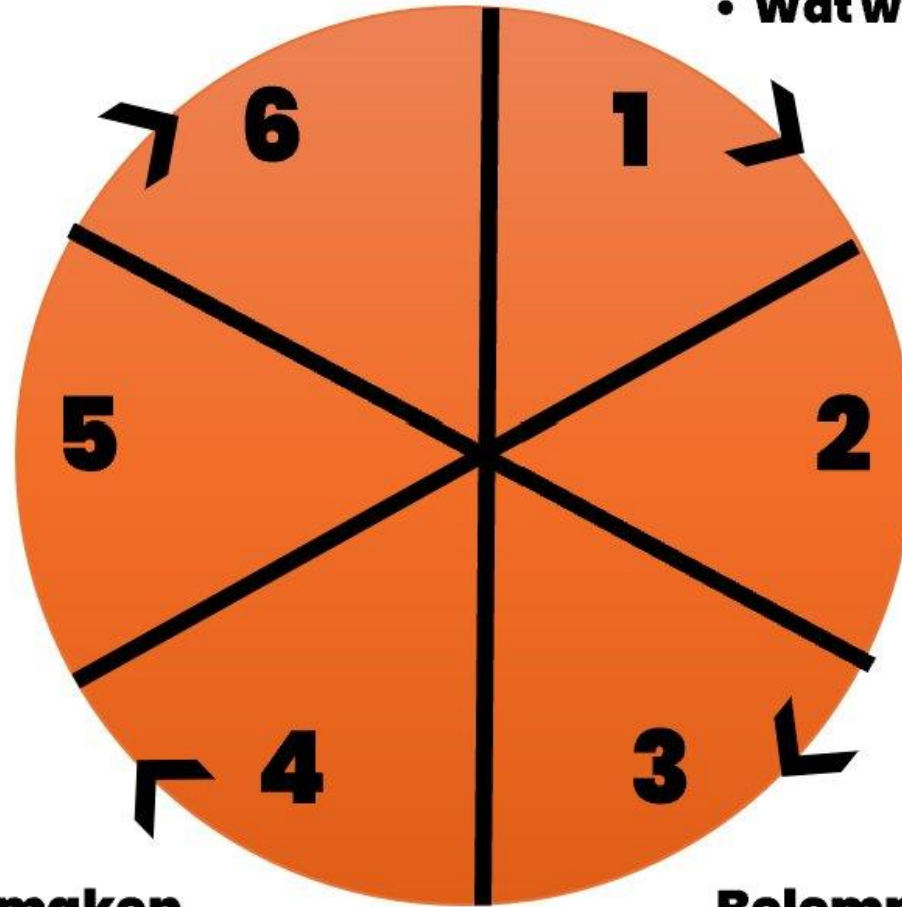
Bewust worden
• Waar sta ik nu?
• Wat wil ik nu veranderen?

Gewenste toekomst
• Hoe wil ik het hebben?

Belemmeringen
• Wat houdt me tegen?

Plan maken
• Wat ga ik doen?

Actie
• Aanpak actiepunten?



THE G

DE HARDE
SINDS
LEERSCH

BAC

DE HARDE
SINDS
LEERSCH

BACK
THE GA

DE HARDE
SINDS 201
LEERSCHO

BACK IN
THE GAM

DE HARDE
SINDS 2015
LEERSCHOOL

DE HARDE

SINDS



2015

LEERSCHOOL



ONZE IMPACT IN 2023



Aantal projecten:

16

in 9 verschillende regio's



Gestarte deelnemers:

213

+22% ten opzichte van 2022



Geactiveerd (Succesvol afgerond):

160

75%



Naar werk of opleiding:

115

54%

LEERSO

DE H
SINDS

LEERSO

DE V
SINDS

LEER

DE
SINDS

DE
SINDS

Man, 24 jaar, werkloos (bijstandsuitkering), kampt met psychische problemen (ggz-problematiek) en heeft daarnaast ook problematische schulden en verslavings- en criminaliteitsproblematiek. Heeft in het verleden weinig werkervaring opgedaan. In bezit van een mbo-opleiding, alleenstaand en geen migratieachtergrond.

Bijstandsuitkering alleenstaande	15.408
GGZ begeleiding psychische problemen	30.460
Schulden begeleiding (professioneel bewindvoerder)	2.000
Verslavingszorg	15.230
Persoonlijke verzorging WMO	5.304
A) Maatschappelijke kosten per jaar	68.401





Door deelname aan een programma van De Harde Leerschool voelt deelnemer zich beter, met meer zelfvertrouwen en meer structuur in zijn dagelijkse leven. Hij heeft een betaalde baan gevonden, heeft geen verslavingszorg meer nodig. Zijn nieuwe situatie, zijn baan, geeft dagelijkse structuur. Zijn begeleiding voor de psychische problemen bouwt hij af van wekelijks naar maandelijks. Hij gaat zijn schuld afbetalen de kosten voor de bewindvoerder blijven.



<u>A) Maatschappelijke kosten per jaar</u>	68.401
<u>B) Kosten Activiteiten De Harde Leerschool</u>	5.500
<u>C) Maatschappelijke kosten na deelname DHLS</u>	
GGZ begeleiding psychische problemen	7.029
Schulden begeleiding (professioneel bewindvoerder)	2.000
<u>D) Maatschappelijk rendement (= A+B-C)</u>	64.872

HOE KRIJG IK

VERANDERBEREIDHEID



SLEUTEL NAAR SUCCES:

- KWALITEIT VAN RELATIES
- GEVOELDE GROEIMODUS
- ERVAREN DIEPTEPUNT
- TERUGVAL PREVENTIE



POL

0-16

NED

51:09

Samen vooruit:

- **Arbeidsmarkt regio**
- **Buurtsportcoaches**
- **Bedrijfsleven/ Ondernemers**
- **Gemeentes**
- **Sport verenigingen**
- **Fondsen**
- **Doelgroep**



De route naar aanmelding

"Jouw Weg naar De Harde Leerschool: Van Eerste Contact tot Nieuwe Kansen"

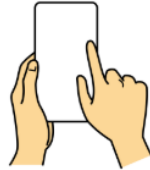
Ontdek hoe wij samen de eerste stappen zetten: een gids voor doorverwijzers en kandidaten naar succesvolle aanmelding.



Stap 1: Persoonlijk contact

"Neem contact op met Stichting De Harde Leerschool voor overleg over een mogelijke aanmelding."

www.dehardeleerschool.nl/contact
info@dehardeleerschool.nl
0629288870



Stap 2: Gezamenlijke beoordeling contact

"Eerste inschatting om te bepalen welke kennismakingsoptie het beste past."

Bespreekbare opties:

- Appje
- Video bericht van coach
- Laagdrempelig telefoongesprek
- Videogesprek
- Huisbezoek
- Bezoek op locatie



Stap 3: Fysieke introductie

"Uitnodiging voor een inloop- of kennismakingsdag. Eerste deelname leidt tot een uitnodiging voor de volgende bijeenkomst."

- Koffie/ thee
- Maaltijd
- Fysieke training (voor elk niveau)
- 3 gesprek
- 1 op 1 gesprek



Stap 4: Aanmelding

Hulp bij doel van aanmelding

- Bewust worden
- Gezondheid verbeteren
- Sterk worden (Fysiek en Mentaal)
- In contact komen met anderen
- Zelfontdekking
- Ritme opbouwen
- Ontbijt en lunch drie keer per week
- Tussenfase om uitval te voorkomen
- Moment van bezinning
- Carriere switch
- Oriëntatie op werk of opleiding

