

Wat is de Class

Het project de Class verbetert het maatschappelijke perspectief van jongvolwassenen met niet-aangeboren hersenletsel (NAH). Het primaire doel is het bereiken van werkfitheid en het vinden van betaald (of onbetaald) werk. De Class legt de basis voor optimale participatie in het arbeidsproces en in de samenleving.

Deelnemers doorlopen een **1-jarig programma** op maat gericht op zowel fysieke als mentale fitheid.

Aan een Class nemen maximaal **20 jongvolwassenen tussen de 18 en 30 jaar** met niet-aangeboren hersenletsel (NAH) deel.

Het bijzondere aan het programma is de **expliciete aandacht voor sport en gezonde leefstijl**.

Hiermee draagt de Class bij aan meer balans en een positieve mindset.

Hoe ziet De Class eruit?

Het programma bevat individuele elementen, zoals studie- of jobcoaching en sportcoaching, belastbaarheidsonderzoeken, een assessment en werkervaringsplaatsen. Deze worden gecombineerd met groepsgerichte activiteiten zoals arbeidsgerichte trainingen en workshops en bedrijfsbezoeken. Daarnaast is er binnen het programma aandacht voor contact met ervaringsgenoten.

Deelname vergt van de deelnemer gemiddeld genomen een **inzet van 4-8 uur per week**, inclusief sporten.

De Class is in de basis een programma dat op fysieke locaties wordt gegeven. Er zijn enkele digitale onderdelen (zoals enkele trainingen en bijvoorbeeld in individuele gevallen coaching). De Class hecht er belang aan dat deelnemers hun belasting opbouwen, ook qua reistijd en fysiek op locaties kunnen zijn. Groepscontact met andere deelnemers is ook een belangrijke meerwaarde van de Class.

Binnen De Class gaan de deelnemers aan de slag met;

1. een jobcoach of studiecoach én
2. een sportcoach.

Samen met de coaches werken ze aan hun persoonlijke doelen. De focus ligt daarbij op een balans, een positieve mindset en een gezonde leefstijl.



Verbreding naar regio's

Achtergrond en doelstellingen van verbreding naar regio's

De Class heeft zijn oorsprong in de randstad en tot op heden werden de meeste programmaonderdelen in die regio aangeboden. De deelnemers van de afgelopen edities zijn ook grotendeels afkomstig uit de randstad.

De Hersenstichting wil het project verbreden naar meerdere regio's, (mede daardoor) beschikbaar maken voor meer deelnemers en een duurzame financieringsmodel ontwikkelen.

De centrale regie van de Class blijft in handen van de Hersenstichting. Daarbij is er sprake van 'soft franchising', waarbij er veel ruimte is voor de regio's om een eigen invulling te geven aan het programma en keuzes te maken die passend zijn bij de regionale vraag en het aanbod.

Regio Brabant

Regio Brabant is bij uitstek een interessante regio;

- Er is een **actieve Brainport regio** met interessante bedrijven die al samenwerken en hun kennis, ervaring en expertise op vitaliteitsgebied hebben gebundeld.
- Er zijn **5 actieve NAH netwerken** die ook sub-regionaal en Brabant breed verbindingen leggen tussen organisaties en activiteiten.
- Er zijn Brabant breed jaarlijks ongeveer **70 jongvolwassenen** tussen de 18 en 30 jaar die na een hersenletsel hebben gerevalideerd binnen de medisch specialistische revalidatie (MSR). Deze jongeren moeten weer hun weg vinden in het leven met hersenletsel.

Verwachte resultaten van verbreding naar regio's

De Hersenstichting verwacht van een Class-jaar per regio de volgende resultaten.

- Deelname van 20 jongvolwassenen van 18-30 jaar;
- Van de deelnemers die jobcoaching ontvangen, heeft bij afronding van het Class-jaar minimaal 2/3 een betaalde of onbetaalde baan of een werkervaringsplek;
- Van de deelnemers die studietoetscoaching ontvangen, heeft bij afronding van het Class-jaar minimaal 2/3e zijn/haar opleiding afgerond;
- Zelfinzicht, zelfredzaamheid en zelfvertrouwen van de deelnemers zijn toegenomen;
- De deelnemers hebben contact met ervaringsgenoten opgedaan en kunnen daar steun aan ontlenuen.



Uitgangspunten van deelnemende organisatie

Uit de manier waarop de Class is vormgegeven komt een aantal uitgangspunten naar voren die leidend zijn in de benadering en begeleiding van deelnemers. Deze uitgangspunten zijn als volgt.

- Positieve benadering (kijken naar wat wél kan i.p.v. wat niet kan)
- Eigen regie als uitgangspunt (maar stimuleren en ondersteunen indien dit (nog) niet lukt)
- Aansluiten bij leefwereld van jongvolwassenen
- Peer support (ervaringsgenoten) als krachtbron
- Werkfitheid en fysieke fitheid gaan hand in hand
- Passende, zinvolle dagbesteding is maatwerk
- Proberen is leren (dus ook dingen proberen waar je aanvankelijk niet van verwacht dat het nuttig is)
- Balans werk-privé belangrijk (focus op wat duurzaam haalbaar is)
- De kracht van een netwerk (zowel voor werkkansen als voor andere support)

Deze uitgangspunten horen in alle programmaonderdelen terug te komen. Hoewel het soms open deuren lijken, blijken veel deelnemers in hun revalidatietraject voorafgaand aan de Class ervaringen te hebben opgedaan die uitgaan van andere principes. Een voorbeeld daarvan betreft professionals die primair aansturen op acceptatie en berusting, tegenover activatie en positieve bekrachtiging.

Wat wél kan staat centraal. De Class heeft geen waardeoordeel over andere benaderingen maar kiest zelf voor de specifieke insteek van activatie en positieve bekrachtiging.

Welke organisaties zoeken we?

We zoeken organisaties die zich in bovenstaande uitgangspunten herkennen.

In (een groot gedeelte) van Brabant actief zijn en diversiteit, gelijkheid & inclusie onderdeel is van hun bedrijfscultuur en gedachtengoed.

Daarbij zoeken we organisaties die op **individueel niveau** deelnemers kunnen begeleiden op het gebied van;

- Jobcoaching (bijlage 1)
- Studiecoaching (bijlage 2)
- Sport-/leefstijlcoaching (bijlage 3)

Of bedrijven die de **groep deelnemers** willen ontvangen voor;

- Bedrijfscontacten – Meet & Greet
- Bedrijfscontacten – In-house-events
- Vrijwilligerswerk bij projectpartners

Ben je geïnteresseerd?

Wil je de Class Brabant mogelijk maken, neem dan contact op met jouw regio coördinator!

| | | |
|----------------------|--------------------|--|
| West Brabant | Lotte Stegeman | L.Stegeman@demarg.nl |
| Midden Brabant | Ivon Groot | I.Groot@zembr.nl |
| Den Bosch eo | Angelique Habraken | A.Habraken@jbz.nl |
| Oss-Uden-Meierijstad | Silvie Bollars | silvie.bollars@samenzorg.nu |
| Zuidoost Brabant | Renée Wessels | info@nahzobrabant.nl |



Bijlage 1

Jobcoaching

Typering: Individuele begeleiding m.b.t. werkfitheid

Doel: Deelnemer coachen in het proces van Wie ben ik, wat wil ik, wat kan ik gerelateerd aan arbeid

Inhoudelijke beschrijving

- De jobcoach staat naast de deelnemer en heeft de verbindende rol in alle andere activiteiten die bijdragen aan werkfitheid en vanuit de Class worden aangeboden.
- De jobcoaching is gericht op het vinden van duurzame zinvolle dagbesteding, met een voorkeur voor betaald werk. Indien betaald werk niet haalbaar of (i.v.m. uitkeringssituatie) niet wenselijk is, wordt de deelnemer ondersteund in het vinden van passend vrijwilligerswerk of een andere daginvulling. Zie ook: inclusie/exclusiecriteria. In regio Oost wordt voorafgaand aan de individuele coachingstrajecten een gezamenlijke bijeenkomst georganiseerd waarin een vertegenwoordiger van de coachingsorganisatie aan de deelnemers uitlegt wat zij kunnen verwachten en wat er van hen zelf verwacht wordt.
- De jobcoaching begint met een intakegesprek: reflecteren op de situatie, inzichten uit Warming-up, doelen, afspraken.
- De jobcoach inventariseert met deelnemer mogelijke externe individuele financiering. De jobcoach neemt hier het voortouw in, tenzij met de regioprojectleider/trajectbegeleider andere afspraken gemaakt worden.
- De jobcoach bespreekt met de deelnemer wat het Doelgroepregister is en wat er voor- en nadelen zijn van eventuele opname in het register. Registratie in het Doelgroepregister is voor veel werkgevers een belangrijk criterium. Veel deelnemers voldoen niet aan de criteria bijvoorbeeld aangezien ze een ander type uitkering hebben. Sommige deelnemers willen niet opgenomen worden in het Doelgroepregister omdat zij hier een stigma in ervaren.
- Standaard begint de deelnemer met 5 coachingssessies van 1 uur, inclusief de intake. Totaal aantal coachingsuren per deelnemer: 10 – 25 uur. De sessies zijn meestal 1x per 2 weken.
- Bij een beperkt coachingstraject (5 sessies) eindigt de jobcoaching na circa 3 maanden. Indien verdere jobcoaching wenselijk is, stuurt de jobcoach(-organisatie) de regioprojectleider een motivatie voor uitbreiding en een offerte. De regioprojectleider beslist over het toekennen van aanvullende sessies.
- De jobcoach helpt actief bij o.a.: voorbereiden op de arbeidsmarkt/vrijwilligerswerk, persoonlijke presentaties, solliciteren, realiseren van stages/meeloopervaringen, eerste werkperiode. De jobcoach zet actief het zakelijk netwerk in om jongvolwassenen in contact te brengen met potentiële werkgevers.
- De jobcoach is op de hoogte van de activiteiten binnen de Class en ondersteunt de deelnemer om hier zoveel mogelijk profijt van te hebben. De jobcoach ontvangt hiervoor (evenals de deelnemers) een halfjaarplanning waar alle activiteiten op staan.
- De jobcoach stimuleert dat de deelnemer zich inschrijft bij relevante bemiddelingsorganisaties: Randstad Participatie - Studeren en Werken op Maat (SWOM) - Onbeperkt aan de Slag - Heel Nederland Werkt.
- De jobcoach selecteert samen met de deelnemer trainingen van de Class-partners die relevant zijn en ondersteunt in het benutten van de inzichten.
- De jobcoach gaat eventueel mee op gesprekken. Ook kan de jobcoach potentiële werkgevers informeren over relevante werkgeversregelingen.

Indien een deelnemer een baan vindt, kan de jobcoaching doorlopen of overgenomen worden door een begeleider van de werkgever. Dit wordt op maat ingevuld.

Bijlage 2

Studiecoaching

Typering: Individuele begeleiding m.b.t. afronding studie

Doel: Deelnemer coachen in het proces van studieafronding

Inhoudelijke beschrijving

- De studiecoach staat naast de deelnemer en heeft de verbindende rol in alle andere activiteiten die vanuit de Class worden aangeboden.
- De studiecoaching is gericht op het succesvol afronden van een studie om daarmee de kans op betaald werk te vergroten.
- De studiecoaching begint met een intakegesprek: reflecteren op de situatie, inzichten uit Warming-up, doelen, afspraken.
- De studiecoach inventariseert met deelnemer mogelijke externe individuele financiering. De studiecoach neemt hier het voortouw in, tenzij met de regioprojectleider/trajectbegeleider andere afspraken gemaakt worden.
- Standaard begint de deelnemer met 5 coachingsessies van 1 uur, inclusief de intake. Totaal aantal coachingsuren per deelnemer: 10 – 25 uur. De sessies zijn meestal 1x per 2 weken.
- Bij een beperkt coachingstraject (5 sessies) eindigt de studiecoaching na circa 3 maanden. Indien verdere studiecoaching wenselijk is, stuurt de studiecoach(-organisatie) de regioprojectleider een motivatie voor uitbreiding en een offerte. De regioprojectleider beslist over het toekennen van aanvullende sessies.
- De studiecoach helpt actief bij o.a.: studiegerelateerde vragen, studievaardigheden (al dan niet gerelateerd aan het hersenletsel), vraagstukken omtrent studieschuld en de relatie met de school/universiteit.
- De studiecoach is op de hoogte van de activiteiten binnen de Class en ondersteunt de deelnemer om hier zoveel mogelijk profijt van te hebben. De studiecoach ontvangt hiervoor (evenals de deelnemers) een halfjaarplanning waar alle activiteiten op staan.
- De studiecoach stimuleert dat de deelnemer zich inschrijft bij relevante bemiddelingsorganisaties: Randstad Participatie - Studeren en Werken op Maat (SWOM) - Onbeperkt aan de Slag - Heel Nederland Werkt
- De studiecoach selecteert samen met de deelnemer trainingen van de Class-partners die relevant zijn en ondersteunt in het benutten van de inzichten.
- De studiecoach gaat eventueel mee op gesprekken. Ook kan de studiecoach potentiële stagebedrijven informeren over regelingen.
- De studiecoach bespreekt met de deelnemer wat het Doelgroepregister is en wat er voor- en nadelen zijn van eventuele opname in het register. Registratie in het Doelgroepregister is voor veel werkgevers een belangrijk criterium. Veel deelnemers voldoen niet aan de criteria bijvoorbeeld aangezien ze een ander type uitkering hebben. Sommige deelnemers willen niet opgenomen worden in het Doelgroepregister omdat zij hier een stigma in ervaren.

Indien de deelnemer tijdens de looptijd van de Class een studie afrondt, kan de begeleiding overgaan naar jobcoaching.



Bijlage 3

Sport/leefstijlcoaching

Typering: Individuele begeleiding bij sporten en leefstijl

Doel: Deelnemer coachen in integreren van sport en een gezonde leefstijl in het dagelijks leven

- De sport-/leefstijlcoaching is gericht op het verbeteren van de conditie en (indien van toepassing) de leefstijl (ontspanning, slaap, voeding) van de deelnemer. De sportcoach heeft aandacht voor beweging, herstel, ontspanning en voeding.
- De sportcoach is voornamelijk een “stok achter de deur” voor de deelnemer. De sportcoach is geen personal trainer, al kan deze wel enkele keren meegaan naar een sporttraining om advies te geven of een trainingsschema opstellen.
- Sport-/leefstijlcoaching wordt in regio West primair verzorgd door Sportief Plus. Een enkele deelnemer wordt begeleid door Ruurd Mosterd, die zich richt op surf- en leefstijlcoaching. In regio Oost wordt de sport-/leefstijlcoaching primair verzorgd door Klimmendaal. Deelnemers die buiten het regionale verzorgingsgebied van Klimmendaal vallen, worden begeleid door Sportief Plus.
- De sportcoaching begint met een intakegesprek: reflecteren op de situatie, inzichten uit Warming-up, doelen, afspraken.
- In regio Oost voert de sport- en leefstijlcoach bij aanvang van de coaching een nulmeting uit (afhankelijk van doelstelling deelnemer). Aan het einde van het coachingstraject wordt de meting herhaald om inzichtelijk te maken in hoeverre ambitie van de deelnemer bereikt is. Daarbij wordt eventueel gebruik gemaakt van bijvoorbeeld het meetinstrument Canadian Occupational Performance Measure (COPM), onderdelen uitvoering en tevredenheid.
- De sportcoach en deelnemer geven de regioprojectleider aan welke begeleidingspakket het meest passend is voor de deelnemer (zie onderstaand schema). De regioprojectleider bepaalt welke pakketten aan deelnemers worden toegekend. Ook bepaalt de regioprojectleider of dit voor een half jaar of direct voor een heel jaar wordt toegekend.
- Afhankelijk van het toegekende pakket bestaat begeleiding ook uit enkele personal trainingssessies op locatie. Hiervoor wordt gebruik gemaakt van personal trainers van een lokale sportorganisatie. Voor sportscholen gaat de voorkeur uit naar organisaties die zijn aangesloten bij Meet me at The Gym van de Hersenstichting/Edwin van der Sar Foundation.
- De sportcoach geeft waar relevant uitleg aan een trainer over de aandachtspunten rondom hersenletsel.
- Het meest uitgebreide pakket (pakket A) omvat ook persoonlijke begeleiding door een diëtist. Hiervoor zoekt de sportcoach naar een sportschool waarbij een diëtist is aangesloten en wordt een los contract met de betreffende sportschool/diëtist afgesloten. Het voedingsadvies in pakket B en C zijn opgesteld door xxx en betreffen maatwerk.
- De sportcoach stimuleert dat de deelnemer zich inschrijft bij een sportclub of sportschool.
- In alle pakketten is de begeleiding in de eerste fase intensiever en bouwt gedurende de tijd af.

