

## Scoren met gezondheid

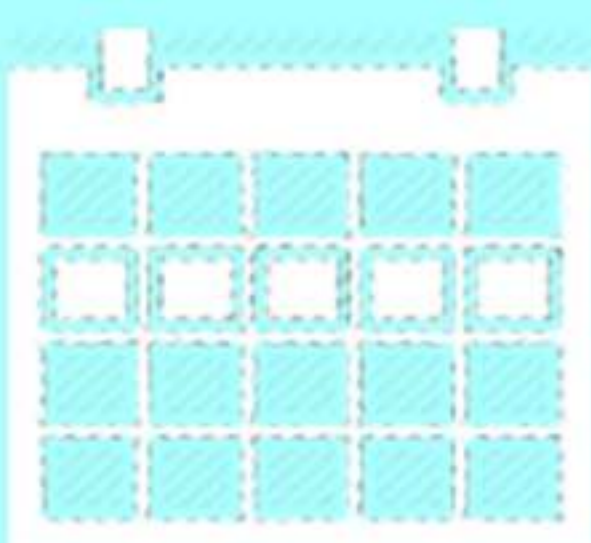
Een maatwerktraject, een talige, gecombineerde leefstijl interventie die gebaseerd is op de dimensies van positieve gezondheid. Vragen als ‘ben je zelf tevreden met je functioneren op de verschillende dimensies?’ en ‘wat zou je zelf willen veranderen?’ staan centraal. De methodiek laat de deelnemers hun eigen kracht ervaren, geeft inzicht in talenten en dromen en zet dit op een positieve manier in om ze meer de regie van hun leven te laten nemen.



Mensen met een sociaaleconomische achterstand.



Volwassenen: 1x dagdeel.  
Jongvolwassenen: 3x dagdeel.



13 weken.



Instapmomenten:  
Volwassenen: september, januari en april.  
Jongvolwassenen: februari en september.



Aanmelden via de gemeente.



De trajectbegeleider kan individuele begeleiding geven naar een vervolgstap en heeft goede contacten met de partners die iets te bieden hebben aan de groepen of die ze kunnen ondersteunen bij hun verdere persoonlijke ontwikkeling of problematiek.



In het traject zijn diverse organisaties aanwezig om de deelnemers kennis te laten maken met de kansen en mogelijkheden die er zijn op het gebied van cursussen, vrijwilligerswerk, werk, opleiding en activiteiten in Enschede.



Gratis.