



Jouw leven & werk

**Werkboek voor
deelnemers**



**Taal voor
het Leven**

Colofon

Dit werkboek voor deelnemers hoort bij de cursus *Jouw leven & werk*. Dit is een cursus voor laaggeletterden die nadenken over de vraag of zij willen gaan werken, en die willen onderzoeken wat daarbij komt kijken en wat belangrijk is om (vooraf) te regelen. De cursus bestaat uit een werkboek voor deelnemers en een gids voor vrijwilligers.

Jouw leven & werk is een uitgave van Stichting Lezen & Schrijven. De cursus wordt gefinancierd door de Rijksoverheid vanuit de pilot *Educatie voor Vrouwen met Ambitie (EVA) 2014-2018*.

Als je (delen uit) deze uitgave wilt hergebruiken of kopiëren, dan werken we hier graag aan mee. We vragen je om dit vooraf af te stemmen met Stichting Lezen & Schrijven via info@lezenenschrijven.nl.

Ken je iemand die moeite heeft met lezen en schrijven, of ken je iemand die anderen graag wil helpen als taalvrijwilliger? Bel dan voor advies naar het telefoonnummer dat hieronder staat.



December 2018 © Stichting Lezen & Schrijven

Dit werkboek is van: _____

Telefoonnummer: _____

Inhoud

De cursus Jouw leven & werk	6
Les 1 Kennismaking & Afspraken	8
Werkblad Dit ben ik	9
Werkblad Afspraken	10
Woordenlijst bij les 1	11
Les 2 Werken & Jezelf centraal stellen	12
Werkblad Woordspin over werken	13
Werkblad Tijd voor jezelf	14
Werkblad Werken	16
Woordenlijst bij les 2	19
Les 3 Mijn leven nu & Gaan werken	0
Werkblad Hoe ziet mijn leven er nu uit?	0
Werkblad Kinderopvang: hoe?	0
Woordenlijst bij les 3	0
Les 4 Mijn sterke punten & Presenteren	0
Werkblad Mijn sterke punten	0
Werkblad Presenteren	0
Woordenlijst bij les 4	0
Les 5 Hoe kom ik verder?	0
Werkblad Stapje voor stapje	0
Werkblad Durven en doen	0
Woordenlijst bij les 5	0
Les 6 Waar wil ik naartoe?	0
Werkblad Dit wil ik	0
Werkblad De busreis	0
Werkblad Beroepssectoren	0
Woordenlijst bij les 6	0
Les 7 Wat is belangrijk om te regelen?	0
Informatieblad Toeslagen	0
Werkblad Hulp vragen	0
Woordenlijst bij les 7	0

Les 8 Plannen & Opkomen voor jezelf	0
Werkblad Plannen	0
Werkblad Opkomen voor jezelf	0
Woordenlijst bij les 8	0
Les 9 Goed voor jezelf zorgen & De eerste indruk	0
Werkblad Goed voor jezelf zorgen	0
Werkblad De eerste indruk - typetjes	0
Woordenlijst bij les 9	0
Les 10 Mijn plannen	0
Les 11 Presenteren & Afsluiting	0
Eindpresentatie	0

De cursus Jouw leven & werk

Jouw leven & werk

Jouw leven & werk is een cursus voor mensen die meer willen weten over werken.

Je weet al of je wilt werken, of je weet het nog niet zeker.

Het kan spannend zijn om met iets nieuws te beginnen.

Durf* jij de volgende stap te zetten?

Je hebt misschien nog vragen.

Weet je wat je moet regelen voor de kinderen?

Weet je wat voor soort baan je wilt?

Hoe plan je straks jouw week als je werkt?

In de cursus Jouw leven & werk denk je na over deze vragen.

Je weet beter wat je kunt verwachten als je gaat werken.

Je denkt na over wat je belangrijk vindt.

Je denkt ook na over wat je leuk vindt.

Je denkt na over dingen die je thuis moet veranderen als je werkt.

Je krijgt meer zelfvertrouwen.

Je weet beter wat je wilt.

Je weet ook wat je nog wilt leren.

Je weet hoe je kunt beginnen.

De cursus

De cursus duurt minstens dertien weken.

Je volgt de cursus in een groep.

Je ziet elkaar minstens elf keer in deze groep.

De groep heeft een begeleider die je helpt.

Ook de organisatie waar jij de cursus volgt, kan jou helpen.

Na de elf lessen heb je een gesprek met een begeleider.

In dit gesprek bespreek je of je verder wilt leren.

Misschien wil je nog meer leren.

Bijvoorbeeld over solliciteren, taal of omgaan met de computer.

Dat kan misschien bij deze organisatie, of bij een andere.

Je doet alleen dingen die jij wilt doen.

Het werkboek

In dit werkboek vind je opdrachten en werkbladen.

Je gebruikt de werkbladen tijdens de les.

Je begeleider legt uit wat jullie gaan doen.

Je vult in de les de werkbladen in.

Zo kun je altijd nog even terugkijken wat je ook alweer gedaan hebt.

Soms doe je ook een opdracht zonder werkblad.

Bij elke les hoort een woordenlijst.

Die vind je ook in dit werkboek.

Veel plezier en succes!

Les 1

Kennismaking & Afspraken



Werkblad Dit ben ik

Waar en wanneer ben ik geboren?

Mijn gezin:

Woon je alleen? Ben je getrouwd?
Heb je kinderen?

Hier woon ik:

Mijn hobby's* zijn:



Naam van mijn vader:

Naam van mijn moeder:

Mijn lievelingskleur* is:

Hier word ik blij van:

Hoe zie ik eruit?

Bijvoorbeeld: hoe lang ben je, welke
kleur ogen heb je, welke kleur haar heb
je, welke kleren draag je graag?

Mijn vrienden en vriendinnen zijn:



Woordenlijst bij les 1

de lievelingskleur	De kleur die jij het mooist vindt. <i>Zijn lievelingskleur is blauw.</i>
de hobby	Iets wat je leuk vindt om te doen in je vrije tijd. <i>Haar hobby is schilderen.</i>

Les 2

Werken & Jezelf centraal stellen



Werkblad Woordspin over werken

Maak je eigen woordspin.

Welke dingen zijn voor jou belangrijk als het over werken gaat?

A large, light blue rectangular area intended for writing. In the center of this area, the word "Werken" is written in a light blue, cursive-style font and is enclosed within a thin, light blue oval outline.



Werkblad Tijd voor jezelf

Tijd voor jezelf* is tijd waarin je niets hoeft te doen voor anderen. Het is tijd waarin je iets doet waar je blij van wordt.

Je kiest zelf wat je gaat doen. Bijvoorbeeld: wandelen, sporten, afspreken met een vriendin, een hobby doen, een boek lezen.

Opdracht

Lees de vragen.
Schrijf dan jouw antwoorden op.

Vraag 1

Heb jij genoeg tijd voor jezelf?
(Kruis jouw antwoord aan.)

- ja
- nee
- soms

Vraag 2

Wat doe jij in je vrije tijd?

Vraag 3

Waar word jij blij van?

Wat vind je leuk om te doen?

Vraag 4

Zijn er dingen die je graag meer zou willen doen?

Welke dingen zijn dat?



Werkblad Werken

Opdracht 1

Hier staan vijf verhaaltjes over vijf mensen.
Lees deze verhaaltjes.

- **Magda** is tien jaar thuis geweest voor haar kinderen.
Nu werkt ze weer.
Ze heeft eerst een computercursus gedaan.
Ze werkt op kantoor bij een fabriek.
Ze neemt daar ook de telefoon op.
- **Louise** heeft haar opleiding niet afgemaakt.
Ze vond lezen en schrijven moeilijk.
Thuis knipte ze zelf het haar van haar dochter.
Daar was ze heel goed in.
Daarom wilde ze meer.
Nu werkt ze als kapster.
- **Patrick** heeft een opleiding gedaan.
Hij heeft zijn diploma gehaald.
Daarmee kan hij in een apotheek werken.
Maar hij is niet gaan werken na zijn opleiding.
Hij wilde wel werken, maar hij kon geen baan vinden.
Hij had geen ervaring.
Daarom loopt hij nu stage.
- **Nursen** is in Nederland geboren.
Ze heeft haar mbo-diploma gehaald.
Ze heeft daarna een kind gekregen.
Ze is blijven werken.
Ze werkt in een winkel.
- **Lin** woont vier jaar in Nederland.
Ze heeft Nederlandse les.
En ze doet vrijwilligerswerk met ouderen.

Opdracht 2

Op de foto's zie je de vijf mensen van opdracht 1.

Lees wat ze zeggen.

Bedenk dan wie bij de foto hoort.

Welk verhaaltje van opdracht 1 hoort bij de foto?

Vul de naam in.



*Ik verdien mijn eigen geld.
Daardoor ben ik zelfstandig*.*

Dit is:

*Ik doe wat ik goed kan.
Daar word ik blij van.*

Dit is:





Ik heb veel contact met mensen.
Dat vind ik heel leuk.*

Dit is:

Ik leer elke dag nieuwe dingen.

Dit is:



*Ik kan Nederlands praten met de ouderen.
Daardoor wordt mijn Nederlands beter.*

Dit is:



Woordenlijst bij les 2

tijd voor jezelf	<p>Tijd waarin je niets hoeft te doen voor anderen.</p> <p><i>Het is belangrijk om af en toe tijd voor jezelf te nemen.</i></p>
de stelling	<p>Uitspraak waar je het wel of niet mee eens kunt zijn.</p> <p><i>Ik ben het niet eens met jouw stelling.</i></p>
je schuldig voelen	<p>Het gevoel hebben dat je iets niet goed hebt gedaan. En je daar slecht over voelen.</p> <p><i>Zij voelt zich schuldig dat ze te laat was.</i></p>
zelfstandig	<p>Iets zelf kunnen, alleen en zonder hulp.</p> <p><i>Zij woont zelfstandig.</i></p>
het contact	<p>Iemand zien of spreken.</p> <p><i>Tot de volgende keer! We houden contact.</i></p>

Dit werkboek voor deelnemers hoort bij de cursus Jouw leven & werk. Dit is een cursus voor laaggeletterden die nadenken over de vraag of zij willen gaan werken, en die willen onderzoeken wat daarbij komt kijken en wat belangrijk is om (vooraf) te regelen.

Jouw leven & werk is een uitgave van Stichting Lezen & Schrijven. De cursus wordt gefinancierd door de Rijksoverheid vanuit de pilot Educatie voor Vrouwen met Ambitie (EVA) 2014-2018.

beter lezen en schrijven



 **0800 023 44 44**

www.lezenenschrijven.nl