

HELDEN & HELDINNEN GEZOCHT!

Schrijf je nu in voor de looptocht



cardea

Wees snel en meld je nu aan via je hulpverlener van Cardea of het Jeugd en Gezinsteam of vraag hem/haar om meer informatie!!

Na aanmelden word je uitgenodigd voor een intake met jouw hulpverlener, je ouders en de begeleiders van de looptocht.

WAT IS REIS VAN DE HELD?

Lopen met een rugzak waar alles in zit: je eten, tent en kleding. En dan met een groepje het zien te redden. Als je op de eerste dag start weet je dat je binnen zes dagen bij het station moet zijn waar de trein terug naar huis vertrekt.

VOOR WIE?

De looptochten zijn bedoeld voor jongeren die zijn ingeschreven bij een JGT of die bij Cardea hulp krijgen op het Daghulpcentrum, coaching of gezinsbegeleiding. Let op: als je op de dag van vertrek niet aanwezig bent, moet je het treinkaartje terugbetalen

HOE WERKT HET?

Je kunt je opgeven voor een looptocht in het buitenland tijdens de vakantie. Samen met andere jongeren en twee begeleiders reis je naar het buitenland. Je loopt met elkaar een tocht van vijf tot zeven dagen.

ALLEEN?

Gelukkig hoeft je tijdens een looptocht niet alles alleen te doen. Je werkt samen met één of twee andere jongeren. Met die jongeren verdeel je de spullen zodat iedereen ongeveer evenveel draagt. Samen zetten jullie iedere avond jullie tent op, koken samen het avondeten en ruimen 's ochtends alle spullen weer op. Als je er echt even niet meer uit komt, is er natuurlijk nog de begeleiding om je te helpen.

ZWAAR?

Ja, een looptocht is eigenlijk wel zwaar. Je draagt alles wat je nodig hebt, ook bergop. Gelukkig is de looptocht zo gemaakt, dat het altijd iedereen lukt om de tocht uit te lopen.

KAMPEERSPULLEN?

Cardea zorgt voor alle spullen, de tent, de rugzak en alle andere materialen en voeding. Ook de treinkaartjes worden door Cardea betaald. Het enige waar je zelf voor moet zorgen, is een paar stevige waterdichte schoenen en regenkleding.

WAT LEER JE?

Net als alle helden verandert er iets door de acties die je doet, maar ook door de ervaringen die je meeneemt. Deze ervaringen kan je gebruiken om situaties thuis, op school of op straat anders aan te pakken. De tocht is best zwaar, dus je leert doorzetten. Niet alleen lichamelijk, maar ook mentaal. Je doet de looptocht samen met één of twee andere jongeren. Hierdoor leer je goed samenwerken. Daarnaast heeft iedereen zijn eigen leerdoelen waar tijdens de tocht aandacht aan kan worden besteed. Halverwege de tocht wordt gekeken of er een uitdaging voor je verzonnen kan worden waar je de laatste dagen aan werkt.



LEUK!?

Ja! De meeste jongeren hebben het naar hun zin. Ze zijn vooral erg trots als ze het hebben gehaald! Hopelijk ben je enthousiast geworden. Wij zijn het in ieder geval als je met ons mee gaat.
Edwin en Esme