

## “Persoonlijke drijfveren spelen bij mij een rol”

De veerkracht van  
de familie Ghuzlan  
p4



**Koplopertraject**  
psychisch  
kwetsbaren

Lees op pagina 3



**Bezig bijtje**  
bij Gemeentewerf  
Helmond

Lees op pagina 7



**De stroom-**  
versnelling van  
**Msgina Albraha**

Lees op pagina 8



# Column



**Tanita**  
team Communicatie

## Wat is de weersverwachting?

Als ik 's ochtends wakker word, kijk ik bijna altijd eerst naar buiten. Wat voor weer is het vandaag? Schijnt de zon dan spring ik vol energie uit bed. Is het grijs en regent het, dan blijf ik het liefste de hele dag onder de dekens liggen. Ik geef het meteen toe: het weer bepaalt voor een groot deel mijn humeur. En dat is eigenlijk vreemd...

Soms schijnt de zon en soms regent het. Ik kan daar helemaal niets aan veranderen. Het weer is er gewoon. Eigenlijk zou ik mijn schouders op moeten halen en mijn dag erop aanpassen. Schijnt de zon? Heerlijk, dan ga ik een stuk fietsen! Regent het? Dan kruip ik op de bank met een goed boek. Ook heerlijk. En zo zijn er heel veel dingen die gewoon gebeuren. Je hebt er weinig invloed op. De enige keuze die je hebt, is hoe ga je er zelf mee om? Je bent baas over je eigen leven, dus pak de kansen die je hebt.

Ook in deze Senzer krant staan weer mooie verhalen van mensen die niet bij de pakken neer zijn gaan zitten. Ze hebben keuzes gemaakt, hebben dingen aangepakt, zijn gaan leren. Alles met een doel: stappen vooruit zetten. Msgina heeft zijn hoogtevrees overwonnen. En de familie Ghuzlan heeft van hun vlucht uit Syrië een vlucht vooruit gemaakt.

En ik? Ik heb nog een goed boek liggen, dus ik verheug me op een dag dat het gaat regenen.

Lef tonen, kansen grijpen, talent zien en toekomst geven. Laat je inspireren door mensen die dat laten zien.

# In het kort

## Lef tonen

“Wij zijn de zonnepanelen van Sungarant”

→ Msgina Albraha, uitgestroomd via STT  
Lees meer op pagina 8



Win een VVV Cadeaukaart

→ Weet jij het raadsel te raden op pagina 11?



## Kansen grijpen

“Voor mijn mensen ga ik door dik en dun”

→ Silvia Stuiver maakte flinke stappen  
Lees meer op pagina 10



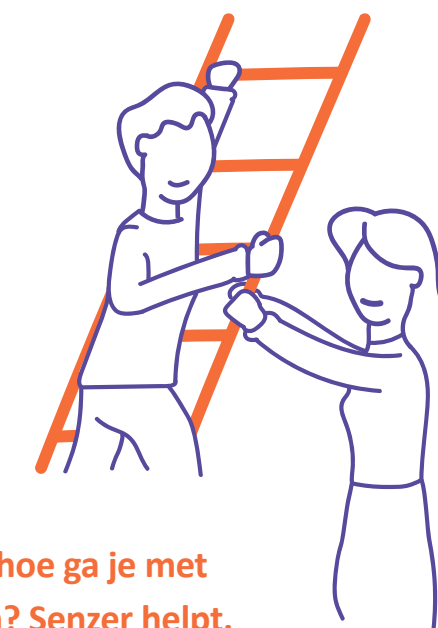
Winnaar raadsel vorige editie:

Uit de goede inzendingen is een winnaar getrokken:  
**Cor Koks, proficiat!**

De kerstman was het getal: 27

→ Kansen grijpen in de praktijk

# De aanloop naar werk



Niemand kiest ervoor om psychische klachten te krijgen. Het overkomt je. Maar hoe ga je met die klachten om en vind je een werkring die rekening houdt met je beperkingen? Senzer helpt. Het Koplopertraject psychisch kwetsbaren geeft extra ondersteuning in je zoektocht naar werk. “En hulp om aan het werk te blijven,” benadrukt Jouke Tromp, psycholoog Senzer.



### Positieve draai

“Psychische klachten kunnen je behoorlijk in de weg staan,” vertelt Jouke Tromp. “Zeker als je op zoek bent naar werk. Denk bijvoorbeeld aan een burnout, depressie, angst, trauma of slaapprobleem. Het is dan moeilijk om je eigen kansen te zien. Veel mensen vragen zich af wat een werkgever wel niet van ze moet denken. Ze zijn minder positief over hun kansen of hebben een lager zelfbeeld. Het Koplopertraject psychisch kwetsbaren zorgt dat je kansen kerent. Het helpt je werk te vinden dat bij je beperkingen past, en bij je leven.”

### Samen met behandelaar en participatiecoach

“Dit traject omvat een compleet andere aanpak. Jij staat centraal, jouw beperkingen en jouw wensen. Samen met jouw participatiecoach en behandelaar ga je het traject in. Die behandelaar kan een psycholoog zijn, medewerker GGZ of de praktijkondersteuner van de huisarts. Op deze manier leren we samen de cliënt beter kennen, proberen we zorg en werk beter op elkaar af te stemmen en kunnen we beter de mogelijkheden in kaart brengen.”

### Allesbehalve haastwerk

Jouke: “Van je participatiecoach kun je extra persoonlijke aandacht verwachten. Hij neemt de tijd voor je, investeert tijd. Een praatje, telefoontje, gesprekken...”

Je ziet elkaar regelmatig en onderhoudt het contact. De participatiecoach verdiept zich in je interesses, je omgeving en je netwerk. Hoe meer we weten, hoe beter we kunnen helpen. Door deze contacten leer je ook jezelf beter kennen en kom je steviger in je schoenen te staan. Goed voor je eigenwaarde en zelfvertrouwen.”

### Werk op maat

“Een lange aanloop en persoonlijke contacten met je participatiecoach hebben effect. Langzaam maar zeker begin je weer aan werk te denken. Samen zoeken we dan een baan die je op het lijf geschreven is, rekening houdt met je beperkingen en aansluit bij je belangstelling. Onze kennis over jou dragen we over aan een leidinggevende op het werk. Hij is bekend met je beperkingen en weet van de hoed en de rand. Desgewenst worden er aanpassingen uitgevoerd op de werkvloer.”

### Jobcoach als personal coach

“Indien nodig kan een jobcoach je gaan begeleiden. Deze coacht je op de werplek. Hij is je aanspreekpunt als het minder goed gaat maar staat ook open voor je successen. De jobcoach is de spin in het web voor jouw werkgever, jou en je netwerk. Op zo'n manier ga je aan het werk en blijf je aan het werk. En dat is precies de bedoeling van dit traject: duurzaam je leven weer op de rails krijgen.”

## Jouke Tromp

Psycholoog bij Senzer en projectleider op het thema psychische kwetsbaarheid & werk “Psychische klachten zijn vervelend en kunnen je leven bepalen. Werk kan helpen die klachten te verminderen. Je komt in contact met nieuwe mensen in een andere omgeving. Het kan voor afleiding zorgen en je gedachten verzetten.”

→ Meer weten?

Het Koplopertraject psychisch kwetsbaren is een nieuw proeftraject. Het duurt een jaar. Wil je stappen zetten richting werk? Je contactpersoon bij Senzer geeft je graag meer informatie.

## Colofon

De Senzer Inspiratiekrant is er voor iedereen die via Senzer aan de slag is of op weg is/wil naar (ander) werk. We laten je graag 4x per jaar zien wat er allemaal mogelijk is via Senzer.

### Contact Senzer

Montgomeryplein 6, Helmond  
Telefoon: 0492 58 24 44  
E-mail: info@senzer.nl  
Website: www.senzer.nl

### Redactie

Sterk Reclamebureau en communicatieteam Senzer

### Concept en vormgeving

Sterk Reclamebureau B.V. Eindhoven  
Tekst  
Hans Kik Copy & Concept

### Fotografie

Kuppens Fotografie

### Drukwerk

Janssen/Pers Rotatiedruk  
Tips voor de redactie  
via communicatie@senzer.nl

### Volg ons ook via social media:



→ Toekomst geven in de regio

Gevlucht uit Syrië

# De veerkracht van de familie Ghuzlan



“We zijn los van elkaar gevlucht en elkaar kwijtgeraakt onderweg. Dat is nu verleden tijd. Het is fijn om weer samen te zijn. We hebben het geluk om elkaar iedere dag te mogen zien.”

**Ze kwamen als een gebroken gezin naar Nederland. Maar geknakt waren ze allerminst, ondanks de dood van hun vader. Na de nodige omzwervingen vonden moeder Awatef en haar kinderen elkaar in Helmond weer terug. Hier herpakten ze zich. De familie Ghuzlan had maar één doel: meedraaien in de Nederlandse samenleving. “We zijn dankbaar voor alle hulp die we gekregen hebben. En we doen graag wat terug!”**

**Coach**

Afwachten is niets voor de Ghuzlans. Aanpakken is hun motto. In een hoog tempo leren zij de Nederlandse taal. Hun ambitie? Hier naar school gaan, verder studeren, werk vinden en een nieuw bestaan opbouwen. Sandy van der Plas, participatiecoach Senzer, is steun en toeverlaat van het gezin. Zij wordt op handen gedragen. Sandy coacht, is vraagbaak, kijkt mee, leeft mee, spart mee en geeft iedereen een zetje in de goede richting.

**Keukengeheim**

Moeder Awatef is een bijzondere vrouw. Haar doel? “Onze kinderen ondersteunen zodat zij hun dromen en ambities kunnen waarmaken.” Ze kan koken en bakken als de beste. “En daar wilde ik mijn werk van maken bij de LEV-groep, als cateraar en met een broodjesservice. Maar door corona is dat op een laag pitje komen te staan. Opeens zijn er andere prioriteiten,” vertaalt dochter Nour voor haar moeder.

**Vrouw Justitia**

In Syrië studeerde Nour (26 jaar) rechten. “In Nederland heb ik mijn studie weer opgepakt. Ik doe nu MBO-4 juridisch-administratieve dienstverlening en wil straks doorstromen naar HBO rechten. Mijn pre-bachelor heb ik al op zak.

Persoonlijke drijfveren spelen bij mij een rol. Ik wil mij inzetten tegen onrecht en onderdrukking. Ik streef naar rechtvaardigheid en gelijkheid. Via Senzer doe ik vrijwilligerswerk bij de LEV-groep. Bij vluchtelingenwerk help ik Syrische vluchtelingen op weg, vertaal ik en maak ik hen wegwijs in een woud van regels. Over taal gesproken. In Syrië schreef ik gedichten. Dat wil ik nu in het Nederlands gaan doen.”

**Goed op weg**

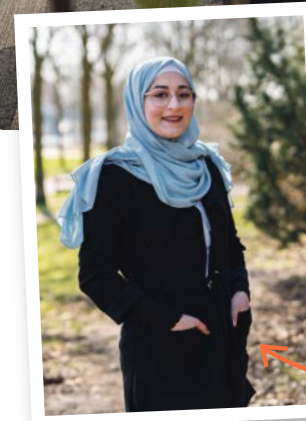
Mohammad Ghuzlan (25 jaar) is van huis uit tandtechnicus en hij zou bij de douane gaan werken. Maar dat was toen. En nu? “Ik heb me verdiept in het Nederlandse taxiwezen, de wetgeving en mijn taxipas verkregen. Ik zit nu achter het stuur en rij reguliere ritten. Ik heb eerst een



proefplaatsing gehad bij een taxibedrijf. Dat is nu omgezet in een contract.

Mijn cursus Nederlands en extra taalcoaching zijn van pas gekomen. Om iets te bereiken moet je soms de blaren op je tong praten. Dat is gelukt. Ook al horen ze dat ik uit het buitenland kom.”

“Zodat zij hun dromen waar kunnen maken”



**Griezels in de buurt**

Wroud (21 jaar) de jongste zus, doet MBO zorg en loopt stage bij de GGZ. Allen gaan opeens glimlachen, mysterieus bijna. Ebrahim pakt zijn telefoon en laat foto's zien. Eerst hap je naar adem en daarna geloof je je ogen niet. Want dit is griezellig. Griezellig goed. En griezellig mooi. De personages die je ziet kunnen zo meespelen in een Draculafilm, meedoen aan een horrorfestival of werken in een spookhuis. Hier is een meesterhand aan het werk, de hand van Wroud. Zij schminkt. Zij grimeert. Zij is make-up-artiest en meer. De ene Frankenstein na de andere schudt zij uit haar mouw. Je kunt het zo gek niet bedenken of Wroud tovert je om in een griezel.

Goed nieuws dus voor iedereen die na de lockdown zin heeft in wilde Halloweenweken of een carnaval met kippenvol. Helmond gaat nog iets beleven. Iets leuks. Wanneer wordt zij ontdekt?



Nour heeft haar rechten studie weer opgepakt: “Ik wil mij inzetten tegen onrecht en onderdrukking.”

“Om iets te bereiken moet je soms de blaren op je tong praten”

**Ik worstel en kom boven**



Ebrahim (23 jaar) is de sportman van de familie. In Syrië worstelde hij op hoog niveau en ook in Nederland doet hij mee aan internationale wedstrijden. Zijn grote voorbeeld is Chaib El Maach die een sportschool heeft in Helmond en hele buurten in beweging krijgt. Ebrahim helpt hem als vrijwilliger. “Goed voor mijn Nederlands.”

Met zijn studie Sport en Recreatie maakt hij van zijn hobby zijn werk. “Ik heb nu een startkwalificatie. Hierna wil ik doorstuderen voor persoonlijk begeleider in de zorg. Ik kan me goed inleven en wil mensen helpen.”

Ebrahim is niet voor een gat te vangen. Als het niet linksom lukt, dan probeert hij het rechtsom. Zo heeft hij een bijbaan gevonden bij de plaatselijke supermarkt. “Een huis-aan-huisblad had een stuk over mij geschreven. Over inzet, mentaliteit en wedstrijdworstelen. Dat artikel heb ik opgestuurd naar de Lidl. Als sollicitatiebrief.”

Ahmed (18 jaar) doet net als Ebrahim de opleiding Sport en Recreatie. Hij wil doorstromen en ondernemer worden.





Naam:  
Marjolein Verge  
Werk:  
Hoofd werfbeheer  
Bedrijf:  
Gemeente Helmond

## Marjolein ziet talent

“Het is druk bij de Gemeentewerf Helmond. Er is volop werk aan de winkel. En met tien man gaan we volop aan de bak: bij Werfbeheer, Team Graffiti en de Technische Dienst. Met Jacqueline erbij hebben we nu twee extra handen.”

### Klik

“Doordat Jacqueline actief op zoek is gegaan naar een nieuwe detachingsplek kwam ons contact tot stand. Daarnaast is Edward Griffioen, werkleider Senzer, voor ons een goede bekende. Jacqueline is enthousiast, denkt positief, neemt werk uit handen en ziet wat er gedaan moet worden. Soms komt ze me vragen of ik nog administratief werk voor haar heb.”

### Vork

“Wat Jacqueline doet, doet ze goed. Ze heeft het naar haar zin en ze is gedreven. Af en toe moet ik haar wel eens afremmen. Anders neemt ze te veel hooi op haar vork.”



Naam:  
Jacqueline Ooms  
Werk:  
Werfbeheerder  
Bedrijf:  
Gemeente Helmond

## Jacqueline grijpt kansen

“Stilzitten is niets voor mij. Je kunt mij het beste omschrijven als een bezige bij. Bij de Gemeentewerf Helmond combineer ik administratief en fysiek werk. Ik verzorg bijeenkomsten, stel de agenda op, maak notulen, telefoneer, verwerk pakbonnen, schoon archief- en voorraadkasten op en leg een fysiek en digitaal archief aan. Ook bestel ik banken, verkeersborden, prullenbakken, straatnaamborden en tegels. En ik doe voorraadbeheer en werkvoorbereiding.”

### De baan van mijn leven

“Na een korte periode in de bijstand ben ik bij Senzer terechtgekomen. Vanuit daar heb ik gewerkt voor Dorel (Maxi-Cosi) en De Zandstraat waar ik actief was in de logistiek. Hierna kwam de gemeentewerf op mijn pad. Dit is het werk waar ik helemaal gelukkig van word. Ja, er wordt veel gecommuniceerd! Ik ben aanspreekpunt voor klanten: onder andere aannemers. Met al het regelwerk voel ik mij hier als een vis in het water.”

### Persoonlijke ontwikkeling

“Of ik mij ontwikkelen kan? Zeker. Ik mag hier straks mijn heftruckcertificaat halen.”

→ Toekomst geven in de regio

# De stroom- versnelling van Msgina Albraha



Statushouder Msgina Albraha had al een goed niveau. En nu zit hij helemaal in de lift. Sinds kort werkt hij op het dak en installeert hij zonnepanelen. Via het Senzer-Tempoteam-traject (STT) is hij uitgestroomd naar een gewone baan bij Sungarant. “Financieel ben ik er op vooruitgegaan,” vertelt hij stralend.

## Zonnetjes

Zonnepanelen installeren is een vak apart. Msgina levert kwaliteit en wordt als een vakman betaald. Samen met zijn collega Quincy Hertogs voorziet hij particulieren van duurzame energie. “Wij zijn de zonnetjes van Sungarant,” grapt Msgina. “Ja, ik krijg energie van mijn werk. Positieve energie. Geen dag is hetzelfde.”

## Leren in de praktijk

In Eritrea was Msgina automonteur. In Nederland zit hij in de zonne-energie. Voordat hij het dak opging,

werkte hij bij Senzer voor groepsdetachering Dorel, Bavaria en Modexpress. Een omschakeling? “Dat klopt helemaal,” vertelt Msgina. “Ik heb een technische knobbel. En alles is te leren. Bij Sungarant leer ik alles wat nodig is om goed werk af te leveren. Dus ook steigers opbouwen, werken op hoogte en panelen aansluiten. Dat leer ik stapje voor stapje. Quincy Hertogs, mijn collega, is mijn steun en toeverlaat. Hij legt uit, doet dingen voor, herhaalt, vraagt of ik het begrepen heb en heeft geduld. Zal ik je een geheimje vertellen? In het begin had ik hoogtevrees. Maar dat was toen. Nu is geen dak mij nog te hoog.”

## Op de proef

“Toen Senzer Msgina aan ons voorstelde, zagen wij een gemotiveerde kandidaat,” vertelt Arie van Asseldonk, Sungarant. “En hij zag ook iets in ons. We hebben een week uitgebreid kennism gemaakt. In ons bedrijf heeft hij proefopdrachten uitgevoerd. Een soort droogzwemmen zeg maar. Daarna zijn we met elkaar in zee gegaan.”

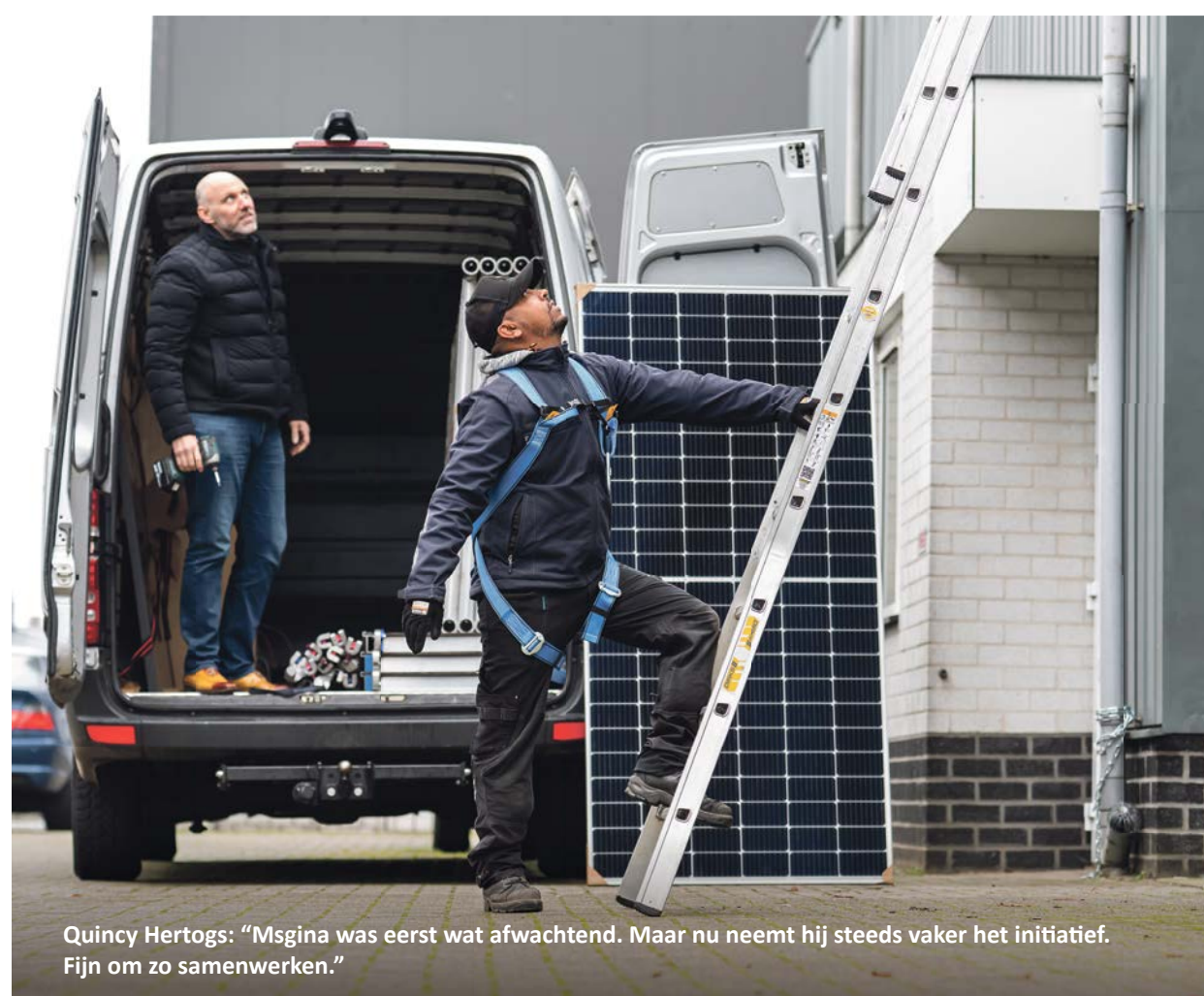
## Warm bad

Arie van Asseldonk: “Sungarant is een kleine club. Hier werken enthousiaste mensen. Wij geloven in duurzaamheid en samenwerken. Ons motto? Wees niet bang om fouten te maken. Daar leer je van. Dat werkt positief. Msgina voelt zich thuis bij ons. We gaan hier op een prettige manier met elkaar om. Een geintje hoort erbij. Of Msgina goed is in Nederlands? Wij maken hem regelmatig aan het lachen. En hij ons.”

## Zelfstandig

Hoe goed is Msgina op het werk? Collega Quincy Hertogs gaat met een gerust hart het dak op. “Hij leert iedere dag. Eerst had hij een afwachtende houding en moest ik hem vertellen wat hij moest doen. Dat is nu een stuk minder. Hij pikt zelf steeds meer dingen op. Klasse. Msgina heeft alles in zich om eerste monteur te worden!”

“In het begin had ik hoogtevrees. Nu is geen dak mij nog te hoog.”



Quincy Hertogs: “Msgina was eerst wat afwachtend. Maar nu neemt hij steeds vaker het initiatief. Fijn om zo samenwerken.”



## Uitstromen via het Senzer-Tempoteam-Traject



Msgina: “Ik moest wennen om op een ladder te staan of op een steiger te werken.”

Hoe vind je de weg omhoog? Senzer helpt je met je loopbaan. Bijvoorbeeld met het Senzer-Tempoteam-Traject, kortweg STT. Dit traject maakt je klaar om uit te stromen naar een baan buiten Senzer. Msgina Albraha heeft STT gevolgd. Paul Litjens en Nicole Warren waren er bij. Paul is werkleider van de Flexgroep Senzer, Nicole participatiecoach Senzer Tempoteam.

## Talent zien

Paul Litjens: “Msgina is begonnen bij groepsdetachering Dorel (Maxi-Cosi). Hier zette hij kinderzitjes in elkaar, in een beschermde omgeving. Al gauw zag ik dat hij meer in zijn mars had. Via de Flexgroep kwam hij bij Bavaria terecht, samen met andere statushouders uit Eritrea. Msgina zat op zijn plek. Ik gaf hem de ruimte en hij nam verantwoordelijkheid. Zo groeide hij uit tot voorman.”

## Vertrouwen geven

“Bij Msgina begon het motortje steeds beter te draaien. Zijn geloof in eigen kunnen nam toe en ik gaf hem het vertrouwen. Goed voor veel positieve energie. Zijn Nederlands was voldoende en zijn taal werd zijn kracht. Hij werd de schakel tussen mij en zijn landgenoten. Hij werd aanspreekpunt. Zijn collega's uit Eritrea konden bij hem terecht en omgekeerd. Communiceren gaat goed als je langzaam praat, de boodschap herhaalt en hem die in zijn eigen woorden laat navertellen. Precies wat ze ook doen bij Sungarant.”

## Doorschakelen

“Bij Modexpress, de volgende klus van de Flexgroep, ging Msgina opnieuw in een hogere versnelling. Hij heeft inzicht en kan organiseren. Met hem als voorman til je zaken van de grond.”

## Ervaring uitwisselen en netwerken

“Hoe kom je verder en vind je de baan van je leven? Nicole Warren: “Ik heb Msgina uitgenodigd voor de wekelijkse bijeenkomsten van Senzer. Op deze bijeenkomsten ontmoet je gelijkgestemden die voor de zelfde uitdagingen staan. Allen anderstalig. Hoe maak ik een CV? Hoe bereid ik me voor op een sollicitatie?”

Een goede gelegenheid om ervaringen uit te wisselen, je netwerk uit te breiden en jezelf in de kijker te spelen. Want ook de werkleiders van Senzer nemen aan deze sessies deel.”

## Verder kijken

Nicole: “Msgina was goed op dreef. In Eritrea was hij automonteur. In Nederland wilde hij zijn oude beroep weer oppakken. Die mogelijkheid was er. Maar eerst terug naar school. Een BBL-opleiding in autotechniek viel nog wel te regelen, een praktijkplaats echter niet. Samen hebben we toen de mogelijkheden op een rijtje gezet. Msgina heeft iets met techniek en zijn wereld is groter dan auto's alleen. Zo zijn we uitgekomen bij Sungarant, installateur van zonnepanelen. Hier kan hij al zijn technische talenten inzetten.”

## Van vast naar vast

“Bij Senzer had Msgina een vast contract. En ook Sungarant had zekerheden te bieden. Dat maakt uitstromen makkelijker en je voorkomt een ongewis avontuur. Eerst zou hij via uitzendbureau Brabant Match voor Sungarant aan de slag gaan, voor zes maanden. Daarna zou hij direct bij Sungarant op de loonlijst komen te staan. Msgina deed het zo goed dat hij al na twee maanden een vast contract kreeg. De verdiensten? Daar is hij tevreden over!”

## Ook een STT-traject volgen?

Bij Senzer kun je instromen, doorstromen en nog veel meer. Wil je je positie verbeteren en uitstromen naar regulier werk? Vraag je werkleider. Hij vertelt je alles over het STT-traject.



→ Kansen grijpen in de praktijk



## Silvia spreekt uit eigen ervaring

GD Dorel is voor Silvia Stuiver-Henraath geen onbekend terrein. Juist niet. Ze is er zelf ooit begonnen op de productielijn waar ze kinderzitjes maken voor Maxi-Cosi. Eerst met een uitkering, daarna als Wsw'er. Nu werkt ze er als assistent werkleider groepsdetachering Dorel en begeleidt ze haar mensen. "Uit eigen ervaring."

### Ambitie

"Bij GD Dorel hadden ze al gauw door dat ik meer kon dan alleen op de productielijn zitten. Ik kon ook mensen aansturen. Met een jaar huishoudschool ben ik naast mijn werk weer naar school gegaan om MBO niveau 1 en 2 te halen. Ik groeide uit tot allrounder, rechterhand van de assistent werkleider. Daarna ben ik assistent werkleider geworden."

### Mensenmens

"Voor mijn mensen ga ik door dik en dun. Als zij goed in hun vel zitten, dan komt de productie vanzelf. Ik kan rekenen op twee fantastische ondersteuners. Ik heb nu drie productielijnen onder mij en veertien werkplekken. Alsof je vleugels krijgt."



## Het technische talent van Hassan



Hassan Asekkach was van plan timmerman te worden. Maar het liep anders. Hij werd schoolverlater. Zonder diploma maar met twee rechterhanden beproefde hij zijn geluk bij verschillende bouwbedrijven. Uiteindelijk belandde hij bij de groepsdetachering Dorel als allround technicus.

### Groei

"Bij GD Dorel kreeg ik de kans om mij te ontwikkelen en door te groeien. Toen kwam de Technische Dienst van Senzer om de hoek kijken. Daar zochten ze een collega met technische talenten. Ik ben gaan proefdraaien en er was een klik. Met alle ruimte om het beste uit mezelf te halen."

### Een beetje geluk

"Nu ontwikkel ik hulpmiddelen voor mensen met beperkingen, zodat zij mee kunnen doen in het productieproces. Ik ben hulpverlenend bij iedere productielijn: bij GD Dorel, het Montgomeryplein en bij de vliegengordijnen in Asten. Zulke assemblagelijnen ontwerp ik, richt ik in en bouw ik. Daarvoor heb je niet alleen een technische knobbel nodig maar ook werktuigbouwkundig inzicht. Ik heb geluk gehad. Ik ga iedere dag fluitend naar mijn werk."



## De ommezwaai van Ahmed

Ahmed al Zanghary was Palestijns-Syrisch vluchteling en statushouder. In Nederland had hij het plan om zijn oude beroep van docent Engels weer op te pakken. Toen al zijn inspanningen op niets dreigden uit te draaien besloot hij het roer om te gooien. Hij zag de vacature van uitkeringspecialist langskomen, deed een werkstage en solliciteerde. "Er waren drie rondes nodig om Senzer te overtuigen van mijn kunnen."

### Doorzetter

Ahmed: "Nee heb je en ja kun je krijgen. Waar een wil is, is een weg. Inmiddels heb ik de Nederlandse nationaliteit én een contract bij Senzer. Ik beheer de uitkeringsdossiers, overleg met participatiecoaches en voer wijzigingen door. Ik heb iets met talen. Maar de Participatiewet vormde een uitdaging. Dat is wettelijk taalgebruik, daarin heb ik mij vast moeten bijten."

### Specialist uitkeringen én cultuurspecialist

"Participatiecoaches hebben te maken met statushouders en hun culturele achtergrond. Hoe help je iemand succesvol op weg? Iemand uit Syrië, Irak of Iran? Bij Senzer hebben ze een beroep gedaan op mijn achtergrond. Als ervaringsdeskundige ondersteun ik nu participatiecoaches, werkleiders en werkgevers. Dat betekent dat ik er een baan bij gekregen heb. Die van cultuurspecialist."



top tip

## Alles op een rijtje

Merk je dat je al een tijdje niet helemaal gefocust of een beetje gestrest bent? Mis je structuur om je dag goed door te komen? Tijdens je werk of gewoon thuis. Laten we dit samen op een rijtje zetten. Bij welke activiteiten kreeg je energie en waar juist niet? Zo krijgen we samen een beter inzicht om de volgende stap te maken.

→ Wil jij geholpen worden in jouw volgende stappen?

Lees het verhaal van psycholoog en projectleider Jouke Tromp over Het Koplopertraject psychisch kwetsbaren, in deze editie, pagina 3.



# tip top

Mentale fitheid is de conditie van de geest. Als je mentaal fit bent, zit je lekker in je vel, sta je positiever in het leven, heb je minder last van stress en kun je problemen beter de baas.

Op deze pagina vind je een paar tips die jou hierbij kunnen helpen.

## Uh, vraagje ?

Hoe kan ik ervoor zorgen dat ik mentaal fitter word?

Dat is eenvoudiger gezegd dan gedaan. Het vraagt oefening en discipline. Ga eens een mentale training aan, hierbij bedoelen we niet per se een hersenkraker zoals onderaan de pagina, maar bijvoorbeeld:

### 1. Stel jezelf een sociaal doel

Begin met een klein haalbaar doel, want je hoeft het niet meteen groots aan te pakken. Begroet eens twee mensen die je tegenkomt op straat. Al krijg je alleen een glimlach terug, daar krijg je al meteen een goed gevoel van. Omdat je laat zien dat je er bent.

### 2. Denk positief vandaag

Heb je jezelf een doel gesteld, maar ben je bang dat het moeizaam zal verlopen? Praat dan positief tegen jezelf hierover, want jij kunt dit gewoon, je bent een lief mens en je gelooft in jezelf! Door dit positieve gevoel gaat het je vast lukken!

→ Misschien weet je niet hoe je dit het beste kunt aanpakken?

Je kunt jouw vragen of zorgen altijd kwijt bij jouw contactpersoon binnen Senzer.



## Tijd voor iets nieuws?

Eigenlijk wil je heel graag weer aan de slag, maar je zit niet lekker in je vel. Pieker en twijfel je soms over van alles en nog wat? Dit kan een flinke worsteling voor je zijn. Wij helpen je graag om weer vooruit te durven kijken, door bij te springen waar nodig. Maar ook dat jij weet dat er altijd iemand zal zijn waar je op kan terugvallen.

→ Tijd voor een nieuwe sprong?

Lees het verhaal van Martijn Boerrigter, in de editie van Maart 2020, pagina 4. Daarnaast kan je contactpersoon bij Senzer je verder helpen.

## Puzzelen maar!

Weet jij wat de uitkomst is van het nestje met eitjes?

$$\text{Flower} + \text{Flower} + \text{Flower} = 15$$

$$\text{Bee} + \text{Flower} + \text{Flower} = 23$$

$$\text{Bird} + \text{Flower} + \text{Bee} = 38$$

$$\text{Flower} + \text{Bird} + \text{Flower} = \text{Nest}$$

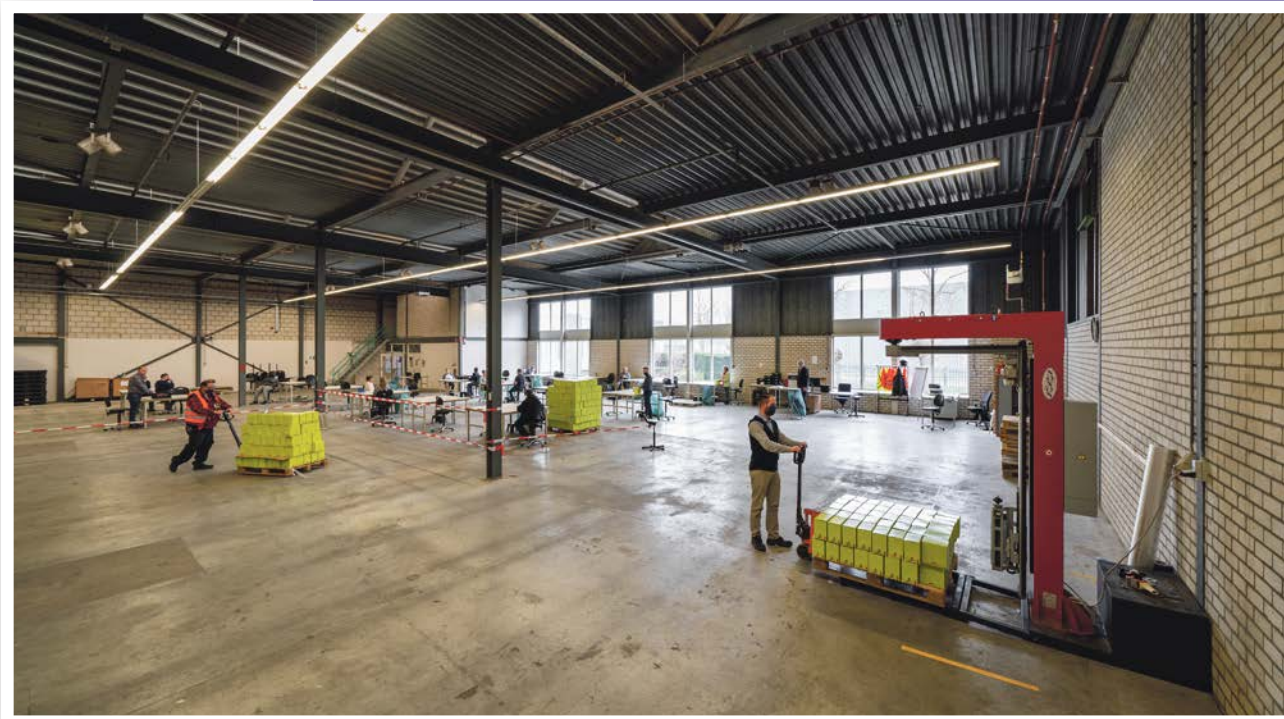
→ Stuur ons de oplossing! Mail: [communicatie@senzer.nl](mailto:communicatie@senzer.nl)

Post: Senzer Team Communicatie, Postbus 272, 5700 AG Helmond



Win een VVV Cadeaukaart t.w.v. €25,-

# Tijdelijke locatie Vossenbeemd 112a



Alle medewerkers moeten een (corona) veilige werkplek hebben. Daarom is tijdelijk een extra bedrijfshal gehuurd. Het adres is Vossenbeemd 112a, om de hoek bij de kringloopwinkel.

De eerste groep van 25 medewerkers werkt vooral in opdracht van firma De Wit BV. Wekelijks worden pallets vol met bevestigingsmaterialen geleverd. Wij zorgen ervoor dat alles netjes wordt omgepakt in de door de klant gewenste verpakkingen. Vervolgens worden de materialen, die stuk voor stuk door onze handen zijn gegaan, verspreid over winkels in half Europa.

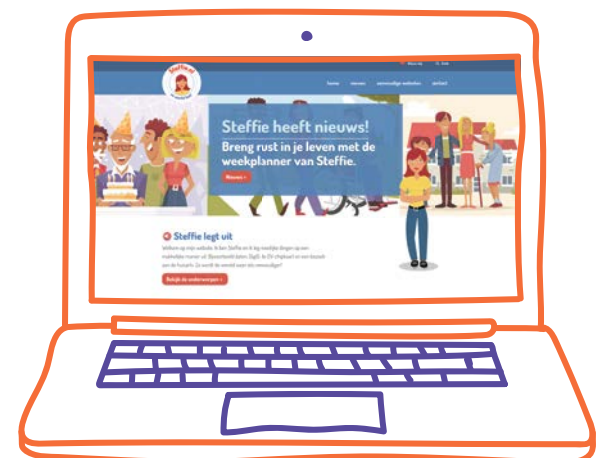
Een mooie tijdelijke locatie waar we – ook in coronatijd – heel goed werk doen voor onze opdrachtgevers.



## Steffie helpt

Veel dingen worden vaak moeilijk uitgelegd. Het nieuws in de krant, op internet en op televisie. Maar ook vaak zaken die je allemaal wilt doen of moet gebruiken. Bijvoorbeeld daten, DigiD, de OV-chipkaart en een bezoek aan de huisarts.

→ Wil je het graag allemaal begrijpen?  
Kijk dan vooral eens op [www.steffie.nl](http://www.steffie.nl).  
Zo wordt de wereld weer iets eenvoudiger!



## Altijd nog wat te leren!

Bij leren denk je vaak aan een school en een klas. Maar weet je dat je ook veel dingen via de computer kunt leren? Het enige dat je nodig hebt is internet, tijd en zin om te leren. Kijk eens op de websites:

**Oefenen.nl** is de plek waar je zelf kunt oefenen met taal, rekenen, computer en internet. En ook omgaan met geld, gezondheid, verkeersregels en nog veel meer.

→ Kijk eens op [www.oefenen.nl](http://www.oefenen.nl)



**WERK-portal.nl**. Hier vind je gratis online programma's die jou helpen bij het zoeken naar werk en om lekker aan het werk te blijven. Ook zijn er programma's over taal, omgaan met de computer en social media.

→ Kijk snel op [www.werk-portal.nl](http://www.werk-portal.nl)



## Afmelden

De Senzer Inspiratiekrant is er voor iedereen die via Senzer aan de slag is of op weg is/wil naar (ander) werk. We laten je graag zien wat er allemaal mogelijk is via Senzer.

Wil je deze krant niet langer ontvangen? Dat vinden we natuurlijk jammer! Afmelden kan op de volgende manieren:

- Mail: [communicatie@senzer.nl](mailto:communicatie@senzer.nl)
- Brief: Antwoordnummer 104, 5700 VB Helmond (postzegel niet nodig)
- Online: [www.senzer.nl/krant](http://www.senzer.nl/krant)

Vermeld daarbij je naam, adresgegevens en telefoonnummer.