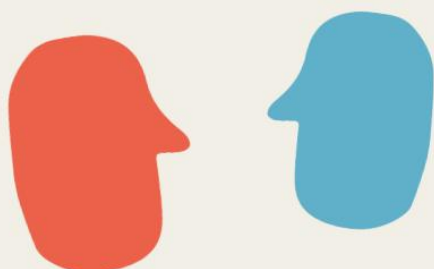


# Dordtse Helden Jaarplan 2026

**dordtse  
helden**  
hulp & netwerk





# Voorwoord

2026 - het 8<sup>e</sup> projectjaar! Wat een reis is het al geweest. Van een handjevol jongeren die van betekenis wilden zijn voor anderen, tot een organisatie met diverse projecten en honderden jongeren die zich elk jaar weer actief zijn als vrijwilliger. De verhalen stapelen zich op: verhalen van groei, bijzondere contactmomenten, gezien en gewaardeerd worden, nieuwe ervaringen opdoen, zich thuis voelen, vrienden maken en nog veel meer.

We zitten weer vol met plannen: 2026 belooft een prachtig jaar te worden! Dit jaarplan geeft een totaalbeeld van de projectactiviteiten die Dordtse Helden in 2026 voornemens is uit te voeren. De beschrijving van de projecten is beknopt, om het document leesbaar te houden. Voor uitgebreidere informatie, concrete doelstellingen en onderbouwing is er voor elk project een projectplan beschikbaar. In dit jaarplan houden we het bij de grote lijnen, met als doel om overzicht te bieden en de samenhang te verduidelijken.

De basis is gelegd en de motivatie stijgt de pan uit, dus laat het nieuwe jaar maar komen. Het team en de jongeren zijn er klaar voor: we gaan knallen!



Visualisatie projectstructuur 2026

# Inhoud

|                                    |    |
|------------------------------------|----|
| Voorwoord .....                    | 2  |
| Waarom we doen wat we doen .....   | 4  |
| Heldennetwerk .....                | 7  |
| Programma Dordtse Helden .....     | 8  |
| Programma MDT YourCube .....       | 10 |
| Programma MDT Insula Connect ..... | 14 |



# Waarom we doen wat we doen

Over het algemeen komen helden pas in actie als er echt iets aan de hand is. Zo ook in Dordrecht. Maar wat vraagt er in de Dordtse maatschappij dan om actie?

## **Sociaal netwerk: niet iedereen heeft het**

Een sociaal netwerk heeft de functie van een vangnet als er praktische hulp nodig is in en om het huis. Maar ook biedt het gezelligheid, aanspraak en bemoediging. Een persoon zonder sociaal netwerk mist al die dingen, waardoor hij zich eenzaam kan gaan voelen en praktische hulp niet gevonden wordt. Dordrecht scoort hoger dan gemiddeld als het om eenzaamheid gaat. Van alle Dordtenaren vanaf 18 jaar voelde 15,5 procent zich volgens de Gezondheidsmonitor in 2022 sterk eenzaam. Landelijk was het gemiddelde percentage 14,2 procent.<sup>1</sup> Het percentage eenzamen neemt over het algemeen toe met het ouder worden. Dit geldt specifiek voor sociale eenzaamheid. Het percentage mensen dat zich emotioneel eenzaam voelt, neemt pas toe vanaf 75 jaar.<sup>2</sup> Het is een maatschappelijk probleem dat via formele zorginstellingen vaak maar deels verholpen kan worden. Uit onderzoek van het RIVM<sup>3</sup> blijkt dat het ondernemen van sociale activiteiten de kans op eenzaamheid vermindert. Daar ligt een mooie kans om voor positieve verandering te zorgen!

## **De zoektocht van jongeren**

Jongeren zijn moeilijk als één groep te beschrijven. Dordtse Helden focust op jongeren tussen 14 en 30 jaar. Veel jongeren zijn op zoek naar de betekenis van hun leven en willen graag iets doen om daar vorm aan te geven. Ze weten niet altijd goed op welke manier en zoeken concrete manieren om invulling te geven aan hun behoefte om van betekenis te zijn voor een ander. Onder jongeren in Dordrecht heerst relatief veel werkloosheid. Verder is eenzaamheid ook onder jongeren een actueel thema. Jongeren die emotioneel eenzaam zijn, dus minder (betekenisvolle) contacten hebben dan ze zouden willen, hebben meer kans op mentale klachten, blijkt uit onderzoek van het RIVM<sup>4</sup>. Zie ook de website van Eenzame Jongeren.<sup>5</sup>

## **De ontbrekende schakel**

We zien dus dat er enerzijds Dordtenaren zijn met een ontoereikend sociaal netwerk en anderzijds jongeren die op zoek zijn naar manieren om van betekenis te zijn en zich persoonlijk te ontwikkelen. Het enige dat in dit verhaal nog ontbreekt, is de schakel tussen deze beide groepen. En daar... komt Netwerk Dordtse Helden om de hoek kijken.

## **Missie en Visie**

Netwerk Dordtse Helden investeert in een Dordtse samenleving waarin mensen voor elkaar klaarstaan en aandacht voor elkaar hebben. We gebruiken de kracht van 'samen'. Samen vrijwillig actief zijn als jongeren, omdat het samen vaak leuker is dan alleen. Maar ook als organisatie samenwerken met andere lokale maatschappelijke organisaties, bedrijven, gemeente en scholen.

---

<sup>1</sup> Corona Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen. (2022). GGD'en, CBS en RIVM.

<https://statline.rivm.nl/#/RIVM/nl/dataset/50119NED/table>

<sup>2</sup> Zwet, van der R., Vries, de S. & Maat, van de J.W. (2020, februari). *Wat werkt bij de aanpak van eenzaamheid*. Utrecht: Movisie.

<sup>3</sup> Mentale gezondheid volwassenen. (31 mei 2023). RIVM. <https://www.rivm.nl/gezondheidsonderzoek-covid-19/kwartaalonderzoek-volwassenen/mentale-gezondheid>

<sup>4</sup> Mentale gezondheid jongeren. (31 mei 2023). RIVM. <https://www.rivm.nl/gezondheidsonderzoek-covid-19/kwartaalonderzoek-jongeren/mentale-gezondheid>

<sup>5</sup> *Ervaringsverhalen*. (2020). Eenzame jongeren. <https://www.eenzamejongeren.com/jongeren/ervaringsverhalen/>



De jeugd heeft de toekomst. Jongeren komen vrijwillig in actie voor hun stadsgenoten die geen of weinig netwerk en financiële middelen tot hun beschikking hebben en voelen zich betrokken op deze stadsgenoten. We vinden de ontmoeting tussen jongeren en mensen in een kwetsbare situatie waardevol. Jongeren ontdekken hun talenten en raken enthousiast om zich hiermee in te zetten voor de Dordtse samenleving. Jong geleerd is oud gedaan. De positieve ervaring die de jongeren van Dordrecht als vrijwilliger hebben opgedaan, nemen zij mee naar de toekomst. Zij ervaren vrijwilligerswerk niet als een sociale verplichting, maar doen het met plezier en weten waar ze het voor doen. Het is vanzelfsprekend voor jongeren om zich in te zetten voor de mensen in hun buurt én van anderen hulp te ontvangen als dat nodig is. De jongeren dragen bij aan een stevig sociaal netwerk voor kwetsbare mensen in de stad.



*Jongeren knappen de tuin op. Er is ook tijd voor koffie en gezelligheid.*

### **Doel van de organisatie**

De stichting heeft een tweeledig doel: (1) Een positieve ervaring voor jongeren met vrijwillige inzet, met aandacht voor persoonlijke ontwikkeling, uitbreiding van het sociaal netwerk en bewustwording van en connectie met de maatschappij. (2) Een Dordtse samenleving waarin mensen naar elkaar omzien en jongeren hulp en/of aandacht bieden aan Dordtenaren die weinig of geen netwerk hebben.

De projecten die Netwerk Dordtse Helden uitvoert, dragen bij op diverse resultaatgebieden. Per project worden er verderop in het plan resultaatgebieden besproken. Overkoepelend zijn er alvast een aantal te noemen:

### **Bijdragen aan de mentale en fysieke gezondheid**

Vrijwillige inzet draagt bij aan het verhogen van welzijn. Dat blijkt uit onderzoek van Raissouni et al. (2024): “Eudaimonisch welzijn is een diepere vorm van welzijn die voortkomt uit het realiseren van persoonlijke groei, autonomie en zelfacceptatie (Ryan & Deci, 2001). De dimensies, die autonomie, persoonlijke groei, levensdoel en zelfacceptatie omvatten, kunnen vervolgens ook belangrijke verklaringen in hoeverre vrijwilligerswerk, mentale gezondheid en sociale contacten met elkaar samenhangen. Vrijwilligerswerk kan bijdragen aan eudaimonisch welzijn door het bieden van mogelijkheden voor persoonlijke ontwikkeling en zelfontplooiing, wat resulteert in een verhoogde levenstevredenheid (Ryff & Singer, 2008). Dit verhoogde welzijn draagt bij aan een betere mentale en fysieke gezondheid. Door betrokken te zijn bij

vrijwilligerswerk, kunnen individuen nieuwe vaardigheden leren, persoonlijke doelen stellen en een dieper gevoel van vervulling en tevredenheid in hun leven ervaren. Deze aspecten van eudaimonisch welzijn zijn cruciaal voor het algehele psychologische welzijn en kunnen bijdragen aan een verbeterde kwaliteit van leven.”<sup>6</sup>

### **Persoonlijke vorming**

Dordtse Helden is voor jongeren een plek zijn waar zij betekenis vinden, waar zij zich kunnen ontwikkelen, goede ervaringen opdoen of waar zij steviger in hun schoenen leren te staan. Ook voor werkloze jongeren of jongeren die een tussenjaar doen kan de vrijwillige inzet bij Netwerk Dordtse Helden een fijne manier zijn om invulling te geven aan het dagelijks leven. Zij kunnen zo ontdekken wat bij hen past en bezig zijn met persoonlijke ontwikkeling.

### **Eenzaamheid doorbreken**

Het doorbreken van eenzaamheid begint soms met kleine dingen. Het maken van contact is een goed begin. Het uitvoeren van een praktische klus of het doen van een boodschap voor iemand, is een handige aanleiding om contact met iemand te maken. En met het oog op het doorbreken van eenzaamheid bij jongeren, bieden we hen een netwerk van leeftijdsgenoten, met wie zij contact kunnen maken en vriendschappelijke relaties opbouwen.

### **Behouden van vrijwillige energie**

De coördinatoren van Dordtse Helden letten er goed op dat jongeren hun ‘vrijwillige energie’ niet kwijtraken. Het doel is dat een jongere voldoening ervaart en de vrijwillige inzet draagt bij aan hun ontwikkeling en vorming. We houden de vinger aan de pols om te horen in hoeverre de vrijwillige energie nog aanwezig is en of de jongere niet overvraagd wordt. Een positieve ervaring vergroot de kans groot dat zij later in hun leven nog eens vrijwilligerswerk zullen doen.

### **Hulpvragen - een puzzelstukje aanleggen**

Netwerk Dordtse Helden levert ook een bijdrage aan het ondersteunen van mensen of gezinnen met complexe problematiek. Hulpverleners signaleren achterstallig onderhoud (praktische hulp), er moet een plotselinge verhuizing plaatsvinden, er is eenzaamheid (maatjesproject), de kinderen hebben een achterstand op school (huiswerkbegeleiding) of de ouders hebben ondersteuning nodig (oppassen). Jongeren bieden de informele hulp die in deze situaties nodig is. Maar ook als de problematiek minder complex is, biedt Dordtse Helden hulp en netwerk.

### **Zichtbaarheid en toegankelijkheid**

Netwerk Dordtse Helden streeft naar het verbeteren van de toegang tot informele hulp en ondersteuning. Dat doen we door actief de samenwerking op te zoeken met diverse partijen. Waar hulpvragen voorheen nog bij elke vrijwilligersorganisatie apart moest worden ingediend, hebben we er nu met elkaar (in samenwerking met Stichting Present en Stichting Samen Dordt) voor gezorgd dat alle informele hulpvragen in Dordrecht bij één portaal ingediend kunnen worden en daarvandaan aan de meest passende organisatie voorgelegd: Stichting Hulplijn Dordt ([www.hulplijndordt.nl](http://www.hulplijndordt.nl)).

---

<sup>6</sup> Raisouni et al. (2024, juni) Vrijwilligerswerk onderzoeksrapport: *Wat is het effect van vrijwilligerswerk op sociale contacten en de mentale gezondheid?* Amsterdam: Vrije Universiteit.

# Heldennetwerk

Het hart van Netwerk Dordtse Helden bestaat uit de jonge vrijwilligers die met elkaar een netwerk vormen. Om in dit netwerk jongeren met elkaar in contact te houden, faciliteren we dat zij elkaar kunnen ontmoeten. Dit doen we onder andere door middel van de zogenaamde Helden Meetup, een bijeenkomst waarbij ontmoeting centraal staat en er ook gelegenheid is om ervaringen en verhalen met elkaar te delen en waardering te ontvangen. We willen dat (1) de Dordtse helden door deze ontmoetingen gevormd worden als persoon en (2) dat zij zich verbonden blijven voelen met Netwerk Dordtse Helden, met als waarschijnlijk gevolg dat zij zich opnieuw vrijwillig zullen inzetten.

## Helden Meetup

De Helden Meetup wordt georganiseerd bij een lokale horecagelegenheid. Ontmoeting met leeftijdsgenoten staat centraal en er is ook gelegenheid om (vrijwilligers)ervaringen en verhalen met elkaar te delen. Dit is ook een moment waarop we onze waardering voor de jongeren uiten en de relatie met de jongeren onderhouden.

## Heldenraad

Het jongerenpanel van Dordtse Helden. In dit panel worden jongeren betrokken bij het ontwikkelen van nieuw aanbod en het verbeteren of heroverwegen van bestaande projecten. De bijeenkomsten van de Heldenraad vinden plaats kort voordat het coördinatieteam een kwartaaloverleg voert, met het doel om de input vanuit de Heldenraad standaard mee te laten wegen in de plannen die in het kwartaaloverleg gemaakt worden. Jongeren die deelnemen aan het jongerenpanel ontvangen hiervoor een vrijwilligersvergoeding.

## Groeiplaatsen

Het doel van een groeiplaats is: een gezellige tijd met elkaar, elkaar leren kennen, een netwerk vormen, nieuwe jongeren welkom heten en het 'wij-gevoel' creëren'. Bij een groeiplaats wordt er bij voorkeur samen gegeten, worden er ervaringen uitgewisseld en is er per bijeenkomst een inhoudelijk thema. Dat kan gelinkt zijn aan vrijwillige inzet en/of aan persoonlijke ontwikkeling. De groeiplaats is een interactieve en 'samen-lerende' bijeenkomst.

## Activiteitenkalender

Vanaf 2026 is er op de website een activiteitenkalender te vinden. Het doel daarvan is om jongeren overzicht te bieden van de bijeenkomsten en vooruit geplande vrijwilligersactiviteiten van Dordtse Helden. Via de activiteitenkalender kunnen de jongeren zich op een laagdrempelige manier aanmelden bij of kennismaken met de organisatie. Maar ook voor jongeren die al aangesloten zijn, is deze kalender van toegevoegde waarde. De kalender wordt actief en met regelmaat met het netwerk gedeeld.

## Resultaatgebieden

Met het Heldennetwerk dragen we bij aan vier resultaatgebieden:

1. Jongeren bouwen zelf en met elkaar aan hun sociale netwerk;
2. Jongeren ervaren waardering voor hun vrijwillige inzet;
3. Er ontstaat een cultuur van gelijkwaardigheid en waardering;
4. Jongeren vinden en/of ontwikkelen hun intrinsieke motivatie.

# Programma Dordtse Helden

Dit is waar het allemaal begon: maatjescontacten, praktische klussen en sociale acties, waaraan jongeren incidenteel of voor langere tijd mee konden doen. Later kwamen de projecten vanuit de Maatschappelijke Diensttijd, waarin jongeren een duidelijk traject volgen. Geweldig waardevol. Echter maakt de Maatschappelijke Diensttijd het bestaan van dit programma Dordtse Helden niet overbodig. In dit programma bieden we jongeren de kans om laagdrempelig kennis te maken met vrijwillige inzet. Wil je zomaar één keer meedoen aan een praktische klus? Prima, welkom! Wil je gewoon een maatje voor iemand zijn? Geweldig, kom erbij! Of sluit gezellig aan als we pannenkoeken gaan bakken in het verzorgingstehuis.

Die laagdrempelige kennismaking, 'gewoon' vrijwilligerswerk doen, is mogelijk in de projecten Dordtse Maatjes, Handige Helden en Sociale Acties.

## Dordtse Maatjes

Maatjes: de meest gezochte soort vrijwilliger van dit moment! En dat is niet zo vreemd met het oog op de toegenomen gevoelens van eenzaamheid. In ons project Dordtse Maatjes doen jongeren hun uiterste best om hier verandering in te brengen. De maatjeskoppels zijn heel divers. Een maatjescontact kan iemand ook helpen om zich (weer) open te stellen voor het contact met anderen. Een maatje kan ondersteunen bij het aangaan van nieuwe contacten, bijvoorbeeld door samen aan te sluiten bij een activiteit in de buurt. We zoeken maatjes voor iedere Dordtenaar die daar met goede redenen naar op zoek is. In grote lijnen zijn dat meestal ouderen, mensen met een lichamelijke en/of verstandelijke beperking, jongeren, nieuwkomers en kinderen die moeite hebben met hun huiswerk.

Twee keer per jaar organiseren we een maatjesmeeting: we trainen de jongeren en geven hen tools mee om waarde aan hun maatjescontact te kunnen toevoegen.

### **Sam en Maureen**

*Sinds Maureen te kampen heeft met NAH-gerelateerde klachten, heeft ze moeite om de stap te nemen om naar buiten te gaan. Sam gaat daarom wekelijks een blokje met haar om en motiveert haar zo om de deur uit te stappen. Om zich enigszins in te kunnen leven in de situatie van Maureen, die haar linkerarm niet kan gebruiken, besloot hij om zijn eigen linkerarm 24 uur in een mitella te hangen. Het leven werd er die dag niet eenvoudiger op! Maureen was ontroerd door het feit dat Sam zich op deze manier probeerde in te leven.*

Met het maatjesproject dragen we bij aan drie resultaatgebieden:

1. Het verlichten van eenzaamheid;
2. Het vergroten van de onderlinge betrokkenheid, zorg en inzet voor elkaar;
3. Het verbinden van mensen uit verschillende leefwerelden.

## Handige Helden

Wat als er nodig een praktische klus uitgevoerd moet worden, maar je bent niet in staat om dit zelf te doen door een fysieke of verstandelijke beperking? Dan bel je een buurman of een zus. Maar wat nu als je ook geen mensen om je heen die je dit kunt vragen én je beschikt niet over het geld om betaalde hulp in te schakelen? Dan kun je terecht bij Netwerk Dordtse Helden! We ontvangen veel vragen van hulpverleners die deze situaties signaleren. Jongeren worden ingezet voor bijv. tuinklussen, verhuizingen, gordijnen ophangen, laminaat leggen, meubels in elkaar zetten, reparaties, opruimen en schoonmaken, technische hulp en ICT-vragen. Over het



algemeen vragen we de hulpvrager zelf om de nodige materialen te regelen. Dordtse Helden beschikt zelf ook over tuinmaterialen en divers gereedschap. We werken ook samen met andere organisaties, bedrijven en stichtingen om grotere klussen met elkaar te kunnen realiseren.

We staan klaar voor alle Dordtenaren die vanwege psychische en/of lichamelijke klachten of een lichamelijke of verstandelijke beperking zelf niet in staat zijn om de klus te klaren. We staan voor hen klaar als er geen toereikend sociaal netwerk is en een tekort aan financiële middelen.

#### **Mevrouw Groen**

*(Om privacy-redenen is de naam gefingeerd.)*

*We komen met mevrouw Groen in contact via een jongere die op haar oproep voor een glazenwasser had gereageerd. Deze jongere ontdekte dat mevrouw in een verwaarloosd huis woont waar al jaren niet is schoongemaakt. Hij vroeg haar of Netwerk Dordtse Helden een keer langs mocht komen, omdat wij haar konden helpen met het schoonmaken. Dat vond ze goed en na een aantal keer schrobben met vrijwilligers is het huis schoon genoeg, zodat mevrouw schoonmaakondersteuning en thuishulp kan aanvragen. De rechtszaak die gaande was omdat mevrouw mogelijk uit haar huis gezet zou worden, is hierdoor met een sisser afgelopen.*

*We zijn met mevrouw in contact gebleven en merken dat het steeds beter met haar gaat. Ze heeft met een beetje hulp van ons zelf stappen ondernomen. De vrijwilligers van Dordtse Helden waren het sociale netwerk dat zij zelf niet had en de coördinatoren waren de schakel tussen mevrouw en professionele hulp.*

Met praktische hulp dragen we bij aan vier resultaatgebieden:

1. Het verhelpen van praktische problemen;
2. Aandacht geven, bouwen aan onderling vertrouwen;
3. Het verlichten van zorgen over praktische zaken;
4. Preventie: voorkomen dat 'kleine' problemen groter worden en uit de hand lopen.

#### **Sociale Acties**

Het deelnemen aan de sociale acties van Dordtse Helden is een laagdrempelige vorm van vrijwilligerswerk, omdat het ook eenmalig kan en omdat het in groepsverband gebeurt. Op deze manier doen jongeren een positieve (eerste) ervaring met vrijwilligerswerk op.

Voorbeelden: een lunch voorbereiden met bezoekers van een buurthuis, een beautymiddag of spelletjes doen op een woongroep voor mensen met een beperking, een wandeling of bingo met bewoners van een zorgcentrum. De laagdrempeligheid is juist voor jongeren van belang.

Onderzoek van het CBS toont aan dat jongeren (15-25 jaar) minder vaak van plan waren om met het vrijwilligerswerk door te gaan dan mensen uit andere leeftijdsgroepen (CBS, 2023).<sup>7</sup>

#### **Profila Zorg locatie De Ark**

*Vijf vrijwilligers van Dordtse Helden gingen samen met de bewoners en medewerkers van Profila Zorg een dagje naar de Efteling. Met hun hulp konden deze prachtige, bijzondere mensen genieten van een dagje uit! Lekker hard in de achtbaan of genieten van het Sprookjesbos. Er was een leuke klik tussen de bewoners, vrijwilligers en medewerkers.*

Met sociale acties dragen we bij aan deze resultaatgebieden:

1. Het mentale en fysieke welzijn van jongeren verhoogt;
2. Jongeren leren nieuwe dingen.

<sup>7</sup> Vrijwilligerswerk 2023. (23 april 2024) CBS. <https://www.cbs.nl/nl-nl/longread/rapportages/2024/vrijwilligerswerk-2023>

# Programma MDT YourCube

Stichting Netwerk Dordtse Helden is sinds 2020 uitvoeringspartner van Stichting TijdVoorActie m.b.t. het project MDT YourCube. MDT is de afkorting voor Maatschappelijke Diensttijd. Met dit toffe project biedt Dordtse Helden jongeren de kans om vrijwillige inzet te combineren met persoonlijke groei en het maken van nieuwe vrienden. Kan het nog mooier?

De leeftijd van de jongeren in ons netwerk varieert tussen de 14 en 30 jaar. Dordtse Helden heeft als doel om elk van deze jongeren een MDT-traject te kunnen aanbieden dat aansluit op hun wensen, ontwikkelingsfase en behoefte aan begeleiding. Een traject heeft de duur van 80 uur in een periode van 3-6 maanden.

Voor de trajecten van jongeren die in hun vrije tijd een MDT bij ons volgen, hebben we als hoofddoel geformuleerd: De jongeren hebben een plek in hun omgeving waar ze andere jongeren ontmoeten, plezier hebben, verbondenheid ervaren en gestimuleerd worden om hun talenten in te zetten voor kwetsbare stadsgenoten. Door hun MDT-traject leren jongeren over zichzelf, ontvangen mensen met een hulpvraag informele hulp en bouwen jongeren aan hun netwerk.

Voor de jongeren die als aanvulling op of onderdeel van hun schooltijd, bijvoorbeeld als invulling van vrije studieruimte, een MDT-ervaring bij ons opdoen, hebben we als hoofddoel geformuleerd: “De jongeren ontmoeten buiten de schoolmuren andere doelgroepen, hebben plezier, ervaren verbondenheid en worden gestimuleerd om hun talenten in te zetten voor kwetsbare stadsgenoten. Door hun MDT-traject leren jongeren over zichzelf, ontvangen mensen met een hulpvraag ondersteuning en krijgen jongeren een meer divers netwerk.

Een kernwoord voor MDT bij Dordtse Helden is: maatwerk! Dat onze organisatie hier goed in is, werd bevestigd door het team van MDT Proeflabel: “Een compliment voor het maatwerk dat wordt geboden voor jongeren in de match die wordt gemaakt met een passende organisatie of maatje. Jongeren gaven aan dat ze zich gezien, begrepen en welkom voelden en dat ze energie krijgen van hun vrijwilligerswerk.”



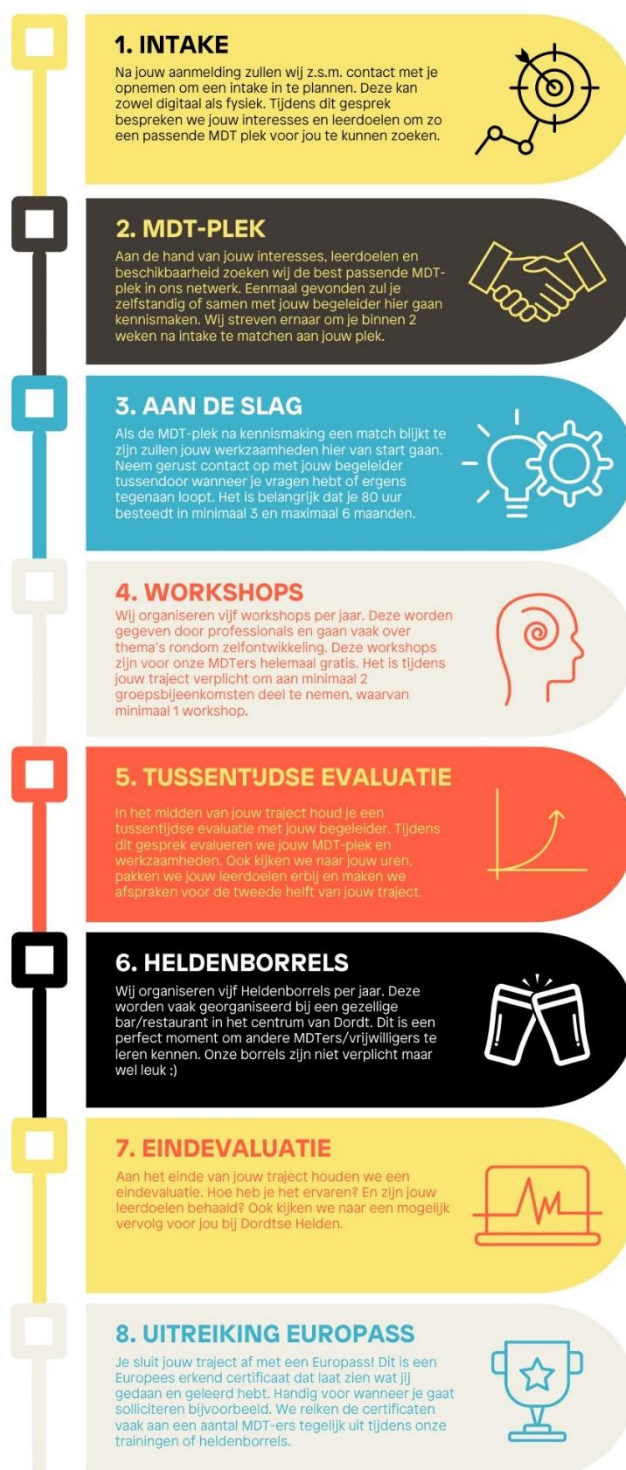
*Jongeren van Da Vinci Startklas ontvingen een certificaat na het afronden van hun MDT-traject.*

## Het traject

Deze afbeeldingen geven een beeld van de jongerenreis per trajectsoort, zoals de jongere de reis zal ervaren.

# MDT-REIS

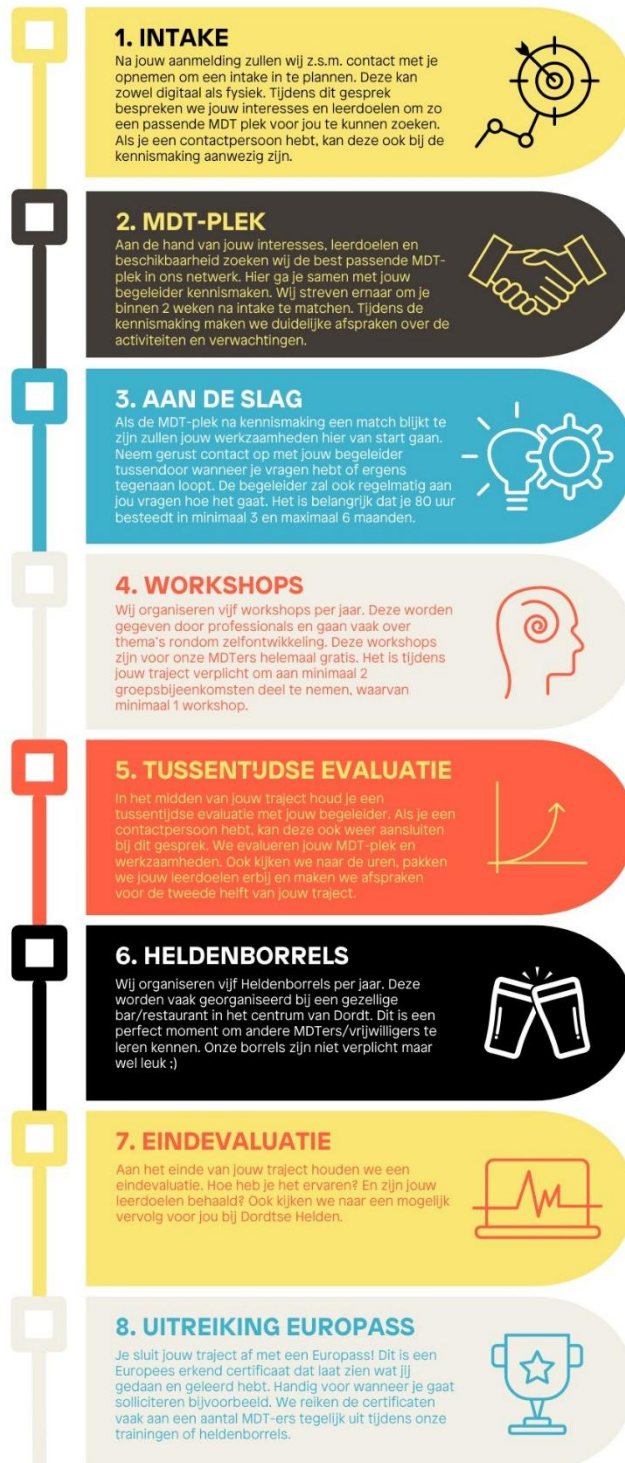
## SOLO BASIS-TRAJECT





# MDT-REIS

## SOLO EXTRA-TRAJECT



# MDT-REIS

## GROEP EXTRA-TRAJECT



[www.netwerkdordtsehelden.nl](http://www.netwerkdordtsehelden.nl)

# Programma MDT Insula Connect

Het programma MDT Insula Connect wordt uitgevoerd op alle VO-locaties (Insula College) van Stichting H3O in Dordrecht. Op de drie locaties wordt met verschillende niveaus op deze manier vormgegeven aan het ontwikkelen van het burgerschapsonderwijs en wordt de verbinding met en meedoen in de samenleving gestimuleerd. Door de focus op maatschappelijke thema's werken we met het programma direct aan het ontwikkelen van sociale en maatschappelijke vaardigheden en kennis over maatschappelijke thema's. Belangrijke waarden zoals het inzetten van je eigen talenten voor de ander en verantwoordelijkheid nemen voor elkaar en de samenleving krijgen op deze manier handen en voeten.

## Het partnerschap

Insula Connect is een partnerschap tussen H3O, Netwerk Dordtse Helden, Young Impact, Young Works en Unit-ed. De rol van Netwerk Dordtse Helden in dit partnerschap: de schoolpraktijk verbinden met het maatschappelijk domein en jongeren de kans bieden om buiten de schoolmuren hun talenten te ontdekken en in te zetten, mensen te ontmoeten buiten hun eigen bubbel en zich in te zetten voor de samenleving.

## De leerlingen

De doelgroep bestaat voornamelijk uit de voor-examenklassen van het Insula College. Leerlingen in de voor-examenklassen zijn gericht bezig op toekomstoriëntatie en hun vervolgopleiding waar vragen zoals "wie ben ik" en "wat vind ik belangrijk" en "wat kan ik" een rol spelen. Door hen de mogelijkheid te geven tot MDT kunnen zij ontdekken wat zij belangrijk vinden en wat zij kunnen bijdragen aan de maatschappij.

## Het traject

De leerlingen maken aan het begin van het schooljaar kennis met MDT tijdens een kick-off met inspirerende speeches. Vervolgens gaan de leerlingen aan de slag met teambuilding. In de workshops van Young Impact worden leerlingen aan het nadenken gezet over belangrijke thema's en aangezet tot actie. In de week tegen eenzaamheid organiseert Dordtse Helden challenges, waarin de leerlingen ervaren dat een kleine actie een groot effect kan hebben.



*Een voorbeeld van een heldenchallenge: Cupcakes versieren en uitdelen bij het Vogelnest.*



Verderop in het schooljaar organiseert Dordtse Helden een Heldendag, waarop de leerlingen zelf aan de slag gaan met vrijwillige inzet in een organisatie of bij mensen thuis, uiteraard onder goede begeleiding van coördinatoren en docenten. Bijvoorbeeld bij een medisch kinderdagverblijf, waar de leerling ziet hoe hij het verschil kan maken door een spelletje te doen. Dit soort ervaringen buiten de schoolmuren blijven hangen bij de leerlingen, blijkt uit eerdere evaluaties. De ontmoeting met nieuwe doelgroepen vergroot de wereld van de leerling.

Onder begeleiding van de eigen mentor en Netwerk Dordtse Helden komt de leerling vervolgens tot een plan om de MDT verder zelf in te richten. Zelf te mogen bepalen waar je de MDT gaat uitvoeren maakt zelfstandiger en vergroot het zelfvertrouwen. Aan het einde van het schooljaar wordt MDT feestelijk afgesloten en ontvangen de leerlingen een certificaat.

Een greep uit de organisaties waarmee Dordtse Helden in dit project de verbinding legt: de Voedselbank, Zorgcentrum De Linde, De Bibliotheek Aanzet, Het Vogelnest, Gemiva, Het Spectrum, Buurtwerk, en nog veel meer.



*Spelletjes spelen bij Gemiva.*

### **Insula Connect in 2026**

Het project Insula Connect heeft een looptijd van 2025-2027. Elk schooljaar doet een nieuwe groep leerlingen mee. In 2026 zullen we dus de eerste helft van het jaar bezig zijn met activiteiten voor leerlingen in het schooljaar 2025-2026 en met de voorbereidingen van het volgende schooljaar. In de tweede helft van 2026 zullen we de nieuwe MDT-trajecten starten met de leerlingen in schooljaar 2026-2027.

De connectie met de andere projecten van Stichting Netwerk Dordtse Helden wordt gezocht door de leerlingen op verschillende momenten in het traject te vertellen over de andere activiteiten van de stichting en uit te nodigen om zich bij het netwerk aan te sluiten.

Kortom: het belooft weer een mooi jaar te worden, waarin we jongeren de kans bieden om buiten de schoolmuren hun talenten te ontdekken en in te zetten, mensen te ontmoeten buiten hun eigen bubbel en zich in te zetten voor de samenleving.