

Over JoU

JoU geeft jongeren een warm welkom. We zijn er voor alle jongeren in Utrecht, vooral als ze een steuntje in de rug nodig hebben. We kennen de leefwereld van jongeren door en door en zijn waar zij zijn: op straat, op school, op sportclubs én online. Zo hebben we goed zicht op hun behoeften, obstakels en mogelijkheden. We leggen actief contact, stimuleren jongeren in hun ontwikkeling en moedigen hen aan om hun tijd op een positieve manier te besteden. Vandaag en in de toekomst.

Contact

Renée Sjamaar

☎ 06-21 16 81 13

✉ jouacademie@jou-utrecht.nl

🌐 www.jou-utrecht.nl

Jou
Jongerenwerk Utrecht

Welkom
bij de


Jou **Academie**

van Jongerenwerk
Utrecht

Onze trainers



Danique Christ



Renée Sjamaar



Joost van Rooden



Mandy Sweelssen

Wat is de JoU Academie?

Bij Jongerenwerk Utrecht (JoU) weten we bijna alles over jongeren. Die kennis en expertise delen we graag via de JoU Academie. We trainen jongeren, ouders, buurtbewoners, vrijwilligers, professionals en collega's, zodat iedereen meer weet over de thema's die ons verbinden.

Benieuwd naar ons aanbod?



WORKSHOPS & TRAININGEN

1. Inside Out: het puberbrein begrijpen - leer de taal van jongeren!

Als ouder, professional of begeleider van jongeren kom je soms voor lastige situaties te staan. Zodra een jongere in de puberteit komt, kan hun gedrag en jullie relatie sterk veranderen. Dat kan onzekerheid en vragen oproepen. In deze training duiken we in het puberbrein en ontdekken we de belangrijkste leefwerelden van jongeren. Leer hoe zij denken en handelen, en hoe jij hierop kunt inspelen voor een sterke band en effectieve communicatie. Deze training biedt inzicht in hoe het puberbrein werkt, van binnen naar buiten.

2. Online Leefwereld van Jongeren: begrijp hun digitale wereld

De online wereld van jongeren groeit met de dag, en dit heeft grote invloed op hun gedrag en ontwikkeling. In deze workshop verkennen we de nieuwste trends, valkuilen én kansen van social media. Samen duiken we in de online wereld, en vind jij als ouder of professional verbinding met jongeren op hun digitale pad. Hierdoor kun je als professional of ouder beter aansluiten bij hun online ervaringen en gesprekken voeren over wat hen echt bezighoudt.

WORKSHOPS & TRAININGEN

3. Jongeren & Diversiteit: samen bruggen bouwen

Vanaf 2025 bieden we een nieuwe training waarin we samen het belang van culturele diversiteit ontdekken. Hoe beïnvloeden straatcultuur, identiteit en cultuurverschillen de leefwereld van jongeren? In deze training geven wij tools en bieden we inzicht in de leefwereld van jongeren - die soms al ingewikkeld genoeg is.

4. Liefde, Relaties & Seksualiteit: de juiste gesprekken voeren

In samenwerking met Pretty Woman & Best Man, een organisatie die jongeren tussen 11 en 23 jaar ondersteunt op het gebied van relaties en seksualiteit, geven wij een training voor professionals. We staan stil bij hoe je gesprekken over liefde, relaties en seksualiteit het best kunt aanpakken. Wat breng je mee als begeleider, wat zijn do's en don'ts, en welke praktische handvatten kun je gebruiken om jongeren te begeleiden op een manier die veilig en effectief is?