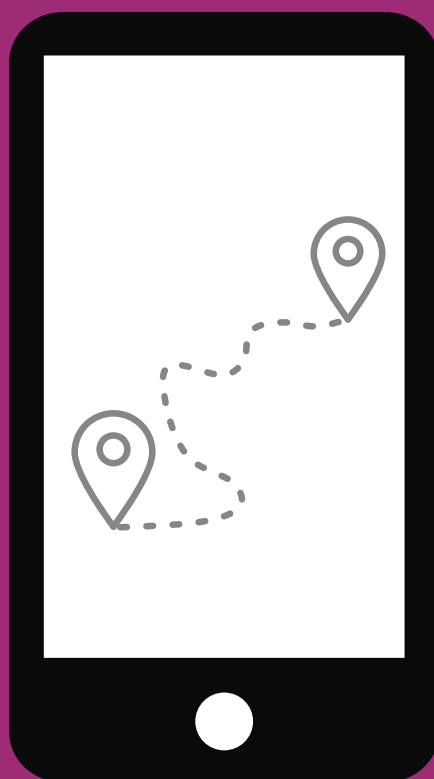


# LOB GELIJKE KANSEN

## WANDELING



**HEERENVEEN, ZOMER 2021**

# INTRODUCTIE

Iedereen heeft recht op een passende opleiding, stage en baan. Toch leven we in een maatschappij waar niet iedereen gelijke kansen krijgt. Bijvoorbeeld als je de taal niet goed spreekt, niet genoeg geld hebt of een beperking hebt. Met deze wandeling willen we aandacht vragen voor kansgelijkheid en diversiteit! Want iedereen is uniek en iedereen mag er zijn. Loop je met ons mee?



## LOOPBAAN COMPETENTIES

We lopen de wandeling volgens de vijf loopbaancompetenties.

- kwaliteitenreflectie
- motievenreflectie
- netwerk
- werkexploratie
- loopbaansturing

Wanneer je je ontwikkelt in deze competenties, vergroot het je kansen op succes!



**START: FRIESLAND COLLEGE  
SPORTSTAD HOOFDINGANG**

# LOOPBAANSTURING



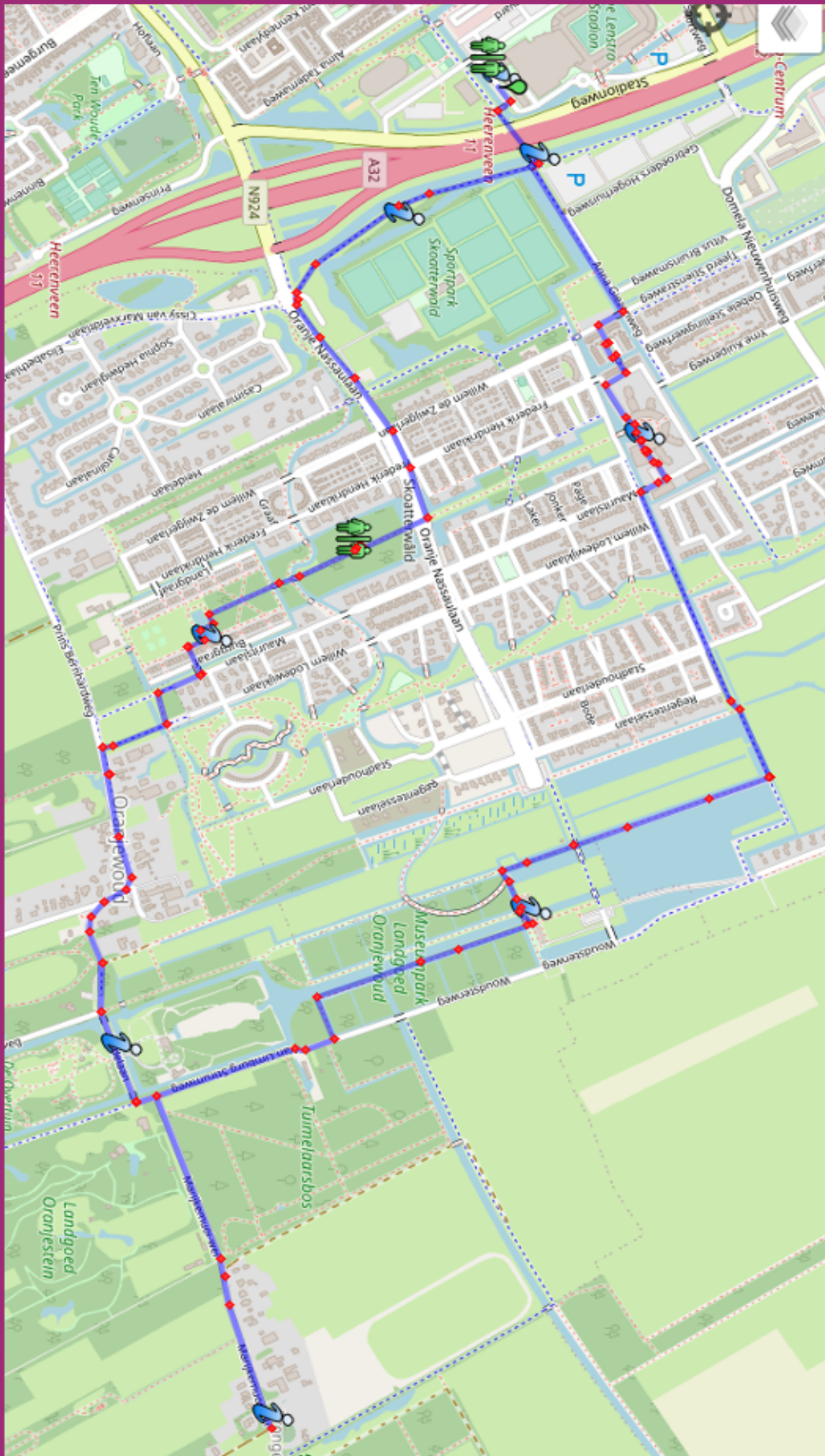
In deze competentie kijk je vooruit: waar wil je naartoe? En welke stappen zijn ervoor nodig om daar te komen? Je bereidt je voor op de wandeling.

- Maak groepjes
- Bekijk de routekaart
- Maak een groepsfoto voor de hoofdingang
- Daarna kunnen jullie van start



- Zorg voor goede wandelschoenen
- Een opgeladen telefoon
- Water en snack voor onderweg

# BEKIJK DE ROUTE





**LOCATIE: MULTI  
FUNCTIONEEL  
CENTRUM DE SPIL  
(MFA)**



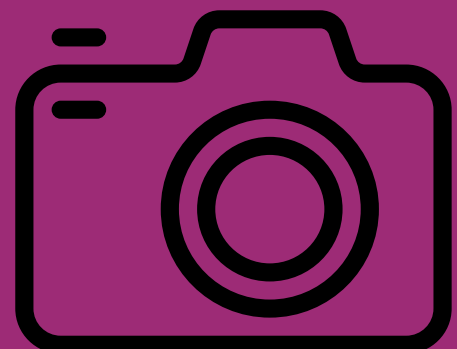
## **MOTIEVEN REFLECTIE**

Op dit punt denk je na over je loopbaan tot nu toe. Wist je dat je loopbaanontwikkeling al start op de basisschool? Hoe heb jij deze periode ervaren, waar werd je blij van, wat was een uitdaging of een teleurstelling? Welke ervaringen neem je mee naar je toekomst?

In deze oefening denk je na over jouw eerste loopbaanervaringen, maar ook over je dromen en ambities. Alles is mogelijk. Wat zou jij willen van het leven? Wanneer zou jij gelukkig zijn? Welke toekomstdromen heb je?

## **OPDRACHT**

Maak tijdens deze wandeling een foto van iets wat symbool staat voor jouw loopbaan tot nu toe en een foto van iets wat symbool staat voor je toekomstdroom.





**LOCATIE: MUSEUM  
BELVEDERE**



## **MOTIEVEN REFLECTIE**

Museum Belvedere is een museum voor moderne en hedendaagse kunst. Het accent ligt op kunst die een relatie aangaat met de omliggende landelijke sfeer en inspeelt op natuurlijke omstandigheden zoals licht, land, lucht en ruimte.

Om je te kunnen ontwikkelen heb je ruimte en licht nodig om jezelf te ontdekken en je talenten en kwaliteiten te verkennen en verder uit te bouwen.



## **OPDRACHT**

Vraag aan je groepsgenoten welke talenten en kwaliteiten ze bij jou hebben gezien. Past dit bij het beeld wat je van jezelf hebt? Krijg je ruimte en licht genoeg om je kwaliteiten en talenten te ontwikkelen?



## LOCATIE: UITKIJKTOREN BELVEDERE

GA LINKSAF BIJ DE MARIJKEMUOI-WEI EN VOLG HET BORD  
KLOKKENTOREN. LOOP DAN RECHTDOOR EN GA BIJ HET  
GROENE HEK MET DRAAIHEKJE AAN DE RECHTERKANT HET  
PAD OP NAAR DE TOREN.



## NETWERK

Deze unieke uitkijktoren heeft 9 trappen en een hoogte van 18 meter en staat op een klein heuveltje. Vanaf hier heb je een geweldig uitzicht! Al dat klimmen vraagt en zegt wel iets over je uithoudingsvermogen en wilskracht.

Gaandeweg je levensreis ontmoet je mensen. Wanneer je contacten onderhoudt met de mensen om je heen, ontstaat er een netwerk van vrienden, familie en kennissen. Deze kun je inzetten in je loopbaan, bijvoorbeeld voor het vinden van een stageplek of baan. Ook werkt het om te “netwerken” namelijk vreemden aanspreken, zo breid je je netwerk steeds verder uit. Niet iedereen heeft een groot netwerk, bijvoorbeeld als je er alleen voor staat of niet zoveel contacten hebt. Een groter netwerk vergroot je kansen op succes. We gaan daarom een nieuw contact leggen vandaag!

## OPDRACHT

Je klimt de toren op en kijkt naar je eigen levenshorizon. Boven op de toren heb je behalve een mooi uitzicht ook een overzicht van alle contacten die je nu hebt.

- Wie is onmisbaar voor je? Wie blijf je trouw? Wie kan bij jou komen voor hulp? En wie zoek jij op voor hulp? Met wie zou je graag in contact komen?
- In het bos kom je ook wandelaars en fietsers tegen. Spreek iemand aan en knoop een klein gesprekje aan.



**LOCATIE: IN HET BOS OF  
PARKLANDSCHAP**



## **KWALITEITEN REFLECTIE**

Wist je dat er ongeveer 60.000 verschillende soorten bomen zijn? Net als bomen zijn we ook allemaal verschillende mensen met unieke talenten en eigenschappen, in verschillende leefomgevingen en culturen.

Als je je beseft dat jij als individu in deze wereld volslagen uniek bent en dat er voor jou en na jou nooit meer zo'n iemand zal zijn, kan dat een gevoel van verwondering geven, misschien ook van ontzag en dankbaarheid. Je leven is heel kostbaar en belangrijk. Je bent goed zoals je bent. Maar wat voor jou geldt, dat geldt ook voor je medemens. Zij zijn net zo uniek. Wie je ook bent, iedereen is uniek en heeft iets waardevols bij te dragen aan de maatschappij.

### **OPDRACHT**

Eerder in de wandeling benoemden je groepsgenoten enkele van jouw kwaliteiten. Nu ga je dit van jezelf benoemen. Inzicht in je kwaliteiten helpt je verder vooruit. Je kunt je aandacht besteden aan dat waar je (nog) niet goed in bent of juist aan dat waar je al heel goed in bent! Wat je aandacht geeft, groeit. Over groeien gesproken. Je ziet tijdens deze LOB wandeling verschillende bomen en planten om je heen. Kies een boom die symbool staat voor jou en maak er een foto van.





**LOCATIE: ZWANEN  
WONINGEN  
SKOATTERSWALD**



## **MOTIEVEN REFLECTIE**

De zwaan staat in vrijwel alle culturen symbool voor eeuwige trouw, zorgzaamheid, liefde, wijsheid, kracht, elegantie en harmonie. Welk symbool past bij jou? De zwaan vertelt dat jij mag worden wie je echt bent. De zwaan in jou. Loop even door en ga zitten op het ronde bankje.



### **Scan de QR code**

*Ken je het sprookje "het lelijke eendje" van de Deense schrijver Hans Christiaan Anderson? Het verscheen in 1843 en is nog steeds heel mooi. Luister maar naar het voorgelezen sprookje.*

### **OPDRACHT**

Hoe ziet jouw leven er over 5 jaar uit? Wat heb je gedaan met je talenten en kwaliteiten? En waar wil je nog beter in worden? Heb je ook aandacht gehad voor de talenten en kwaliteiten van andere mensen? Ook voor mensen die niet op jou lijken?



**LOCATIE: SPORTPARK  
SKOATTERSWALD**



## **WERKEXPLOSTATIE**

Door op exploratie te gaan, leer je jezelf beter kennen. Wat past bij je en wat niet? Door ervaring op te doen bij verschillende bedrijven en werkplekken, ontdek je in welke omgeving jij je fijn voelt. Soms moet je hier wel uit je comfortzone gaan. Iets nieuws kan spannend zijn. Soms kiezen we liever wat anderen ook kiezen. Durf jij te kiezen voor jezelf? Soms zijn ook er allerlei obstakels. Zoals dat je niet wordt aangenomen op basis van je gender, leeftijd of achtergrond. Dat je cv niet wordt uitgekozen vanwege je foto of achternaam. Dat noemen we ook wel discriminatie. Hoe kunnen we deze obstakels overwinnen?

Je loopt nu langs het sportpark Skoatterwald met naast je het water. Je loopbaan in beweging zetten en kansen zien is snel gezegd maar hoe pak je het aan? Voor het in gang zetten van je eigen loopbaan heb je naast een netwerk en goede begeleiding ook zelfvertrouwen nodig. We hopen dat deze tocht daar een steentje aan bijdraagt. Maar je moet ook kansen zien...

### **OPDRACHT**

Er zijn heel veel wegen om te bereiken wat jij wilt. We leren obstakels overwinnen. Voor deze opdracht heb je creatief denkvermogen nodig. Je staat nu voor een tunnel onder de A32. Je wilt naar de overkant. Welke mogelijkheden heb je? Bedenk zoveel mogelijk manieren om aan de andere kant van de weg te komen. Je mag hierbij heel creatief zijn!



**LOCATIE:  
TERUG BIJ HET  
FRIESLAND COLLEGE**



# LOOPBAANSTURING

Je bent weer terug bij het startpunt. Rust even uit en vier dat je het hebt gehaald! Bij de competentie loopbaansturing keek je in het begin vooruit en nu blikken we terug op deze ervaring. Je reflecteert op je handelen en bepaalt zo je vervolgstappen.

## OPDRACHT

Deel kort met elkaar: wat heb je van de wandeling geleerd en wat neem je mee?

**WAAR  
LEREN  
WERKT**

DEZE LOB-WANDELING IS GEMAAKT DOOR  
HET LOB GELIJKE KANSEN TEAM

CORA FAAS, ALINDA KIEL,  
NAOMI DE LANGE EN NIENKE MONING