

MDT-REISGIDS

Ga mee op MDT reis binnen Firda!

1 **Inpakken**

2 **Vertrek**

3 **Onderweg**

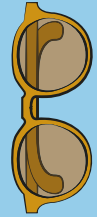
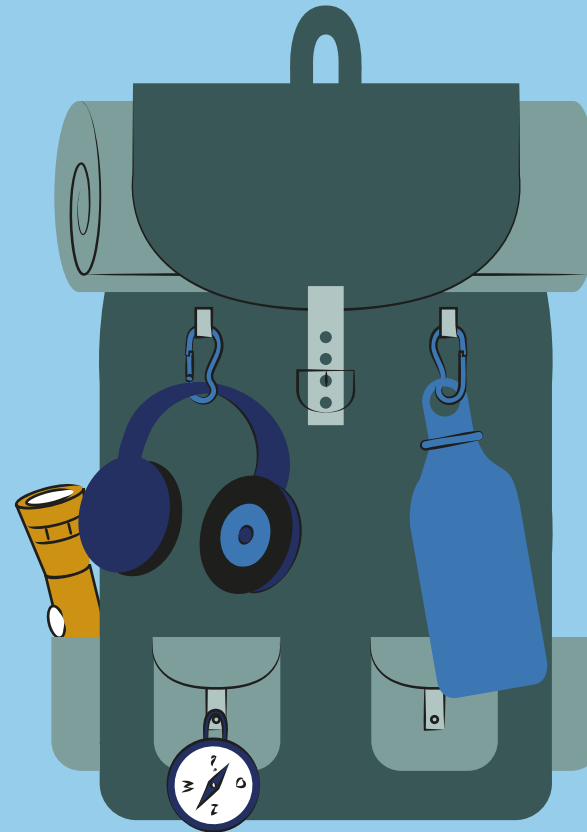
4 **Thuiskomen**

5 **Wat is MDT?**

6 **Waarom MDT?**

7 **MDT eindeloze
inspiratie**

Laat je informeren
en inspireren over MDT!



Firda / Leer jezelf
het leven door

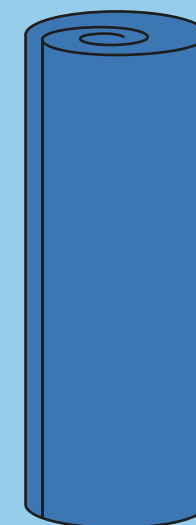
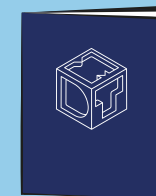
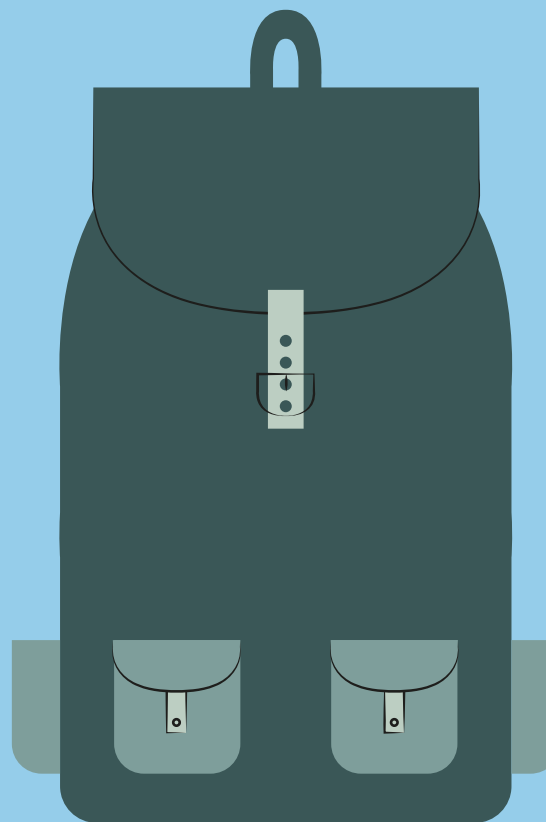
Inpakken

1a
**Hand-out voor
het gesprek met
de Firda reisleader**

1b
**In, naast of op
het curriculum**

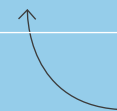
1c
**Hoe gebruik je
de routekaart?**

1d
Ontwerpkaartjes



**Cyclus:
doen, ervaren, ontmoeten,
begrijpen en reflecteren**

Klik hier om te navigeren
tussen de hoofdstukken



1a

Hand-out voor het gesprek met de Firda reisleader



**MDT:
Verandering
doet leren**

(2.01 kijktijd)

Hé jij daar, ja jij ja..
pak je koffers:
we gaan op MDT-reis!



En jij,
jij hebt de belangrijkste
taak op deze reis:
jij mag de reisleader zijn.



Jij bent degene die de MDT-reis
mag begeleiden voor de groep
studenten. Heb je daar
niet altijd al van gedroomd?



Hoe wens jij dat deze
reis eruit zal zien?



Dit begeleidend schrijven hoort bij de routekaart van MDT. De vragen in deze tekst kun je voor jezelf beantwoorden en vervolgens bespreken met de MDT-organisatoren.

Op de routekaart vind je ook het MDT-paspoort. In het paspoort noteer je de feiten over je gezelschap en waar MDT een plaats krijgt binnen de opleiding.

Jouw rol als reisleader is van onschatbare waarde. Hoe jij je voorbereidt en hoe je naar de reis kijkt heeft directe invloed op de reis. Daarbij is het belangrijk dat jij jezelf kent en jezelf de ruimte geeft om jezelf beter te leren kennen. Reizen is dé manier om jezelf te leren kennen. Dat geldt voor jou en voor onze studenten. Wie ben jij: wat is jouw voorkeursstijl van begeleiden? Wanneer wordt het voor jou spannend of ongemakkelijk? Wat zijn jouw talenten en ervaringen die je onderweg goed kan gebruiken? Ben je een planner of een last minute vakantieganger? Tent kamperen of all-inclusive? Hou je van onbekende plekken bezoeken of iets wat op Instagram is aangeprezen?

Als reisleader ben je niet alleen bezig met de activiteit van dat moment, je vertelt ook iets over de achtergrond, context en cultuur etc. Je zorgt dat de tijdsplanning (globaal) in de gaten wordt gehouden en bent er voor de reizigers als de spanningen toenemen zo 'ver' van huis, dolend in het onbekende. Hoe is dat voor jou om die rol op je te nemen? Hoeverre past deze rol bij jou?

Klik hier om het filmpje te zien

1a

Hand-out voor het gesprek met de Firda reisleader

Klik hier om het filmpje te zien



MDT: Maak er onderwijs van!

(1.52 kijktijd)

Om MDT te laten slagen heb je een basis in je 'rugzak' nodig denk aan:

- Een globaal reisplan: als start van de reis. Gebruik hiervoor de routekaart en de ontwerpkaartjes en ontwerp globaal de reis, doe dit eventueel met je groep. *Wat wil jij doen, ervaren en begrijpen? Wie wil jij ontmoeten? Waarop wil jij reflecteren? Welke stappen wil jij zetten?*
- Ruimte: reizen kost tijd. De ene keer duurt het toch langer voordat de bus vertrekt of je moet nog wachten op een paar reizigers voor dat ze gepakt hebben. *Ervaar jij voldoende ruimte om mee te bewegen en tijd te investeren voor deze reis?*
- Een (dag)boekje: je bent samen aan het leren, bewegen en ontwikkelen. Schrijf op wat je meemaakt, leert en waar je nog een keer naar terug wilt. *"Je bestemming is nooit een plek, maar een nieuwe manier om dingen te zien." – Henry Miller. Wat wil jij graag zelf ontdekken/leren/uitproberen?*
- Jouw rugzak: jouw ervaringen en talenten zijn van onschatbare waarde. Ongetwijfeld zijn er een aantal onderdelen waar jij je 'stevig' voelt staan. *Vertel eens... wat zit er in jouw rugzak?*
- Enthousiasme: enthousiasme werkt aanstekelijk, enthousiasme zorgt ervoor dat we niet opgeven bij de eerste tegenslag. *Waar krijg jij een glimlach van?*

Tot slot nog twee opmerkingen:

Je hoeft het niet allemaal alleen te doen! Het is aangenaam als je even je verhaal kan delen met iemand van het 'thuisfront' of gewoon een fijne collega vraagt om met je mee te gaan op reis. *Vertel eens: wie neem jij mee op pad?*

Het hoeft niet allemaal perfect! Tegenslagen zorgen ervoor dat we thuis een verhaal hebben te vertellen. Pak de tegenslagen uit, deel ze met je reisgenoten en zorg dat andere reisleaders ervan kunnen leren. *Hoe ga jij om met tegenslagen?*

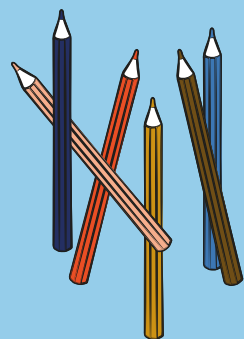
Heb je zelf nog vragen?

De reis is de bestemming, een hele goede reis!

Martha Andela
Firda

1b

In, naast of op het curriculum



Kijk hier
het filmpje

MDT in, naast of op
het curriculum

(1.03 kijktijd)



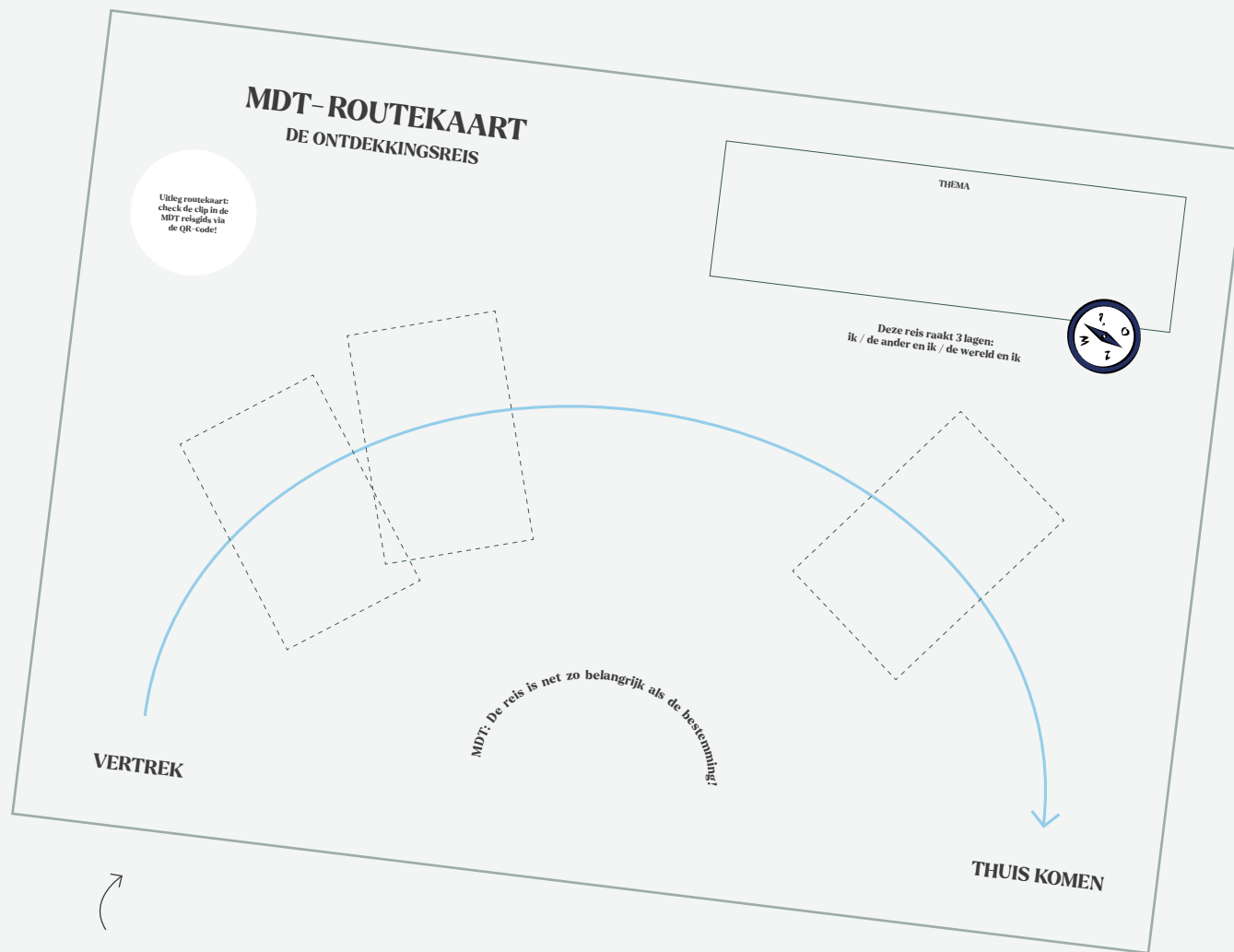
1c

Hoe gebruik je de route-kaart?

Klik hier voor het filmpje

MDT: Werken met de routekaart

(1.73 kijktijd)



Klik hier om bij de printbare pagina's te komen van de routekaart. (A3 formaat)

1d Ontwerp- kaartjes

De ontwerpkaartjes kun je gebruiken om; inspiratie op te doen voor je MDT-reis en/of je MDT-reis te plannen.

Er zijn twee soorten kaarten:

- aanbodkaarten waarmee je externe inspiratie invliegt
- zelfdoenkaarten die je snel en gemakkelijk zelf inzet tijdens de MDT-reis

Klik hier om naar de printbare pagina's te komen van de ontwerpkaartjes



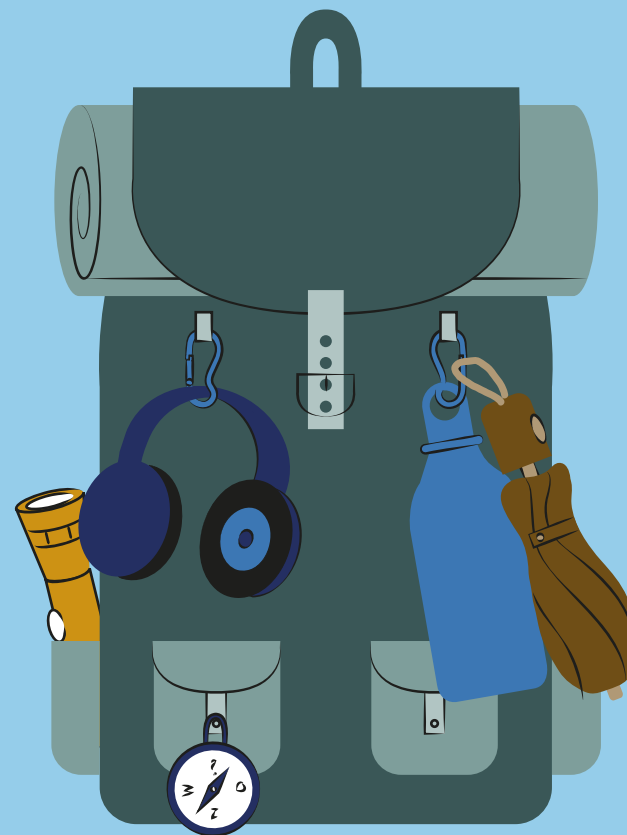
Vertrek

2a

**Reisgezelschap
in beeld**

2b

**3 Reisverhalen
expeditieleiders**

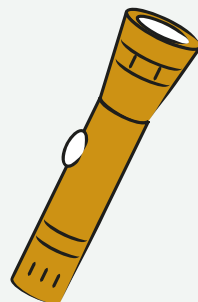


**Voorwaarden en motivatie/
betekenis geven**

2a

Reis- gezelschap in beeld

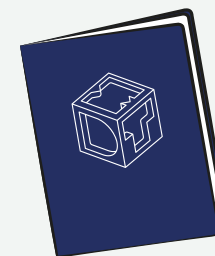
Neem de tijd
elkaar te
leren kennen



Tijdens een reis gaat het niet alleen om wat je meemaakt, even belangrijk is met wie je het meemaakt. Daarom is het fijn om te weten uit wie je reisgezelschap bestaat: wie heeft waar zin in, wie is waar goed in? Wees nieuwsgierig naar elkaar en spreek verwachtingen naar elkaar uit.

Want het kan flink botsen: de één wil op de bonnefooi en bij de volgende breekt het zweet uit van het niet weten... dat gaat op voor reizigers en óók voor studenten en docenten.

Tip: ontwerp samen met je studenten je MDT-reis met behulp van de routekaart, waardoor studenten mede-eigenaar zijn van de MDT-reis.



2b

3 Reisverhalen expeditieleiders van Firda

In deze serie portretteren we 3 expeditieleiders van Firda die hun ervaring over de gemaakte MDT-reis delen.



•
**Bevlogenheid brengt
beweging in een mienskip**

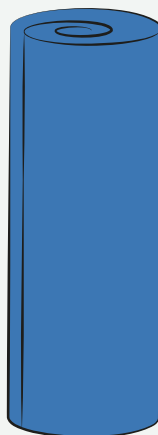
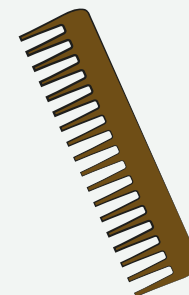
Docent Rosanne

•
**Begin bij wat je raakt (hart),
pak door met wat je kan (handen)**

Docent Victor

•
**MDT als spiegel voor veiligheid,
motivatie én zelfkennis**

Docent Minze



2b

Reisverhaal
expeditieleider

Bevlogenheid brengt beweging in een mienskip



Interview met docent Rosanne

Rosanne is een bevlogen docent. Vanuit waarden als 'liefde' en 'gelijkwaardigheid' geeft ze de MDT-begeleiding vorm. MDT stimuleert gelijkwaardigheid. Gelijkwaardigheid betekent voor haar dat je ondanks dat je verschilt van leeftijd, afkomst, ras, geslacht allemaal mens bent en dat je elkaar als mens moet behandelen. Wanneer je waarden in lijn zijn met wat je doet, dan versterkt dat, blijkt uit dit interview.

Niet alleen Rosanne is bevlogen, ook de studenten zijn bevlogen, zo blijkt uit haar ervaring. *"De passie om iets te doen voor een ander die je kent en wat in je regio zit, dus om daar impact te maken en te veranderen, dat wil gewoon iedereen. Dat wil ook iedere jongere. Daar ben ik wel achter gekomen."*

Ze vertelt verder. *"Ik heb het nu twee keer gedaan en ik heb in beide groepen van 25 studenten maar één student gehad die niks heeft opgeleverd."* Een student organiseerde een sportmiddag op het speciaal basisonderwijs. *"Hij vond het enorm spannend om te doen. Het zijn leerlingen met syndroom van Down of leerlingen met niet aangeboren hersenletsel, sommige kunnen niet lopen, dus dat was een mooie uitdaging voor hem."* Veel andere studenten hebben een challenge gedaan met ouderen. Twee studenten zijn vrijwilligerswerk met ouderen blijven doen.

Rosanne heeft gebruik gemaakt van workshop van Young Impact. Met een andere groep heeft ze een

oefening gedaan waar ze zelf ervaring mee had. *"Ik wil vooral dat het aansluit op de behoefte die ik heb als docent. Er is veel vrijheid. We hebben allemaal programma's die we kunnen doen als docent, maar het hoeft niet."*

Haar rol als begeleider bestond onder andere uit 'achterover leunen' en 'vertrouwen geven'. Dat lukt goed, omdat deze studenten deze coachende aanpak gewend zijn. Studenten gaan op het laatste moment aan de slag is haar ervaring. *"Ze presteren echt super goed onder druk. Dat is wel echt een kick, voor mij ook, omdat ik het echt loslaat."*

'Terugkijken' is onderdeel van de MDT-begeleiding. De oefening waar Rosanne mee is gestart bij het MDT traject liet ze aan het einde terugkomen, zodat studenten de oefening begrijpen en kunnen voelen waar en waardoor ze een gelukkiger mens worden. Studenten geven de feedback dat het hun 'voldoening' heeft gegeven. De student die de sportdag organiseerde voelde een kick: *"hij heeft ze als normaal kind behandeld en alle mogelijkheden gezien. Je wordt er als mens gelukkig van iets te bereiken en iets te doen voor een ander en uit je comfortzone durven stappen en naar een ander type doelgroep te gaan,"* zo blijkt uit de MDT ervaring. *"Waarom is die Mienskip zo waardevol in Friesland? Waarom zeggen ze over Friesland: ze zijn armer, maar toch gelukkiger? Vooral ook onder de jongeren, zeker in coronatijd. Dat komt omdat dat iets doen voor een ander heel belangrijk is, omkijken naar elkaar."*

2b
Reisverhaal
expeditieleider

Bevlogenheid brengt beweging in een mienskip



Rosanne is geïnspireerd door de ervaringen van de studenten. Een student vertelde dat ze niet meer schrikt als een oudere een praatje wil maken en dat dan gewoon doet. *“Ik ben niet opgegroeid met mijn opa’s en oma’s, die waren al overleden toen ik nog jong was. Ik vond het ook altijd eng als die oude mensen met een rollator tegen me aan gingen kletsen. Ik neem nu ook de tijd voor oudere mensen, even stilstaan, even vertragen. Ik heb net een koffie-ochtend gehad met dementerende ouderen.”*

Zo ligt er alweer een (levens)les voor het oprapen: Je eigen gedrag kan veranderen.

MDT is voor Rosanne dé kans om los te komen van het reguliere onderwijs. Betekenisvol onderwijs vorm te geven in een maatschappelijk context. *“Als jij leert om te timmeren is het eerste wat je maakt een vogelhuisje. Dat is leuk en dat vogelhuisje gaat mee naar huis. Alleen de vraag te stellen ‘voor wie wil jij het vogelhuisje maken?’ En ‘wat is belangrijk voor jouw vogelhuisje?’ Dan ontstaat er iets. Het is een andere manier. Eerst de behoefte vragen in plaats van: dit is de reader en zo maak je een vogelhuisje. Dat vind ik fascinerend. Dat type onderwijs kun je aanboren. Het staat of valt wel bij mensen in het team dat dit ook belangrijk vinden en dat ook zo willen doen. Je kan iets bouwen dat relevant is voor jouw omgeving.”*

2b

Reisverhaal
expeditieleider

Begin bij wat
je raakt (hart),
pak door met wat
je kan (handen)

Victor vertelt

Victor is als techniekdocent betrokken bij MDT en vindt het belangrijk dat hij samen met zijn studenten en collega een steentje bijdraagt aan de maatschappij. Maatschappelijke Diensttijd lijkt minder voor de hand te liggen voor de technische beroepen, maar niets is minder waar! Juist deze studenten kunnen via hun talent en ambacht fantastisch bijdragen.

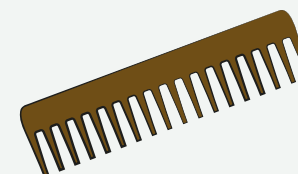
Hoe kwamen jullie bij het thema van de maatschappelijke diensttijd?

"In de tweede workshop is er een antwoord gekomen op de vraag waarvoor wij ons willen gaan inzetten. In de eerste instantie waren er twee groepen, de eerste groep wilde zich inzetten voor het milieu, met name de route van school naar de Albert Heijn. Op deze weg ligt veel afval en daar wilden ze iets aan doen. Het bleek echter lastig om iets voor de gemeente te maken wat ook daadwerkelijk geplaatst wordt i.v.m. veiligheid en vergunningen etc. Eén van de studenten vertelde een heel aangrijpend verhaal over een klasgenootje van vroeger. De hele groep heeft toen besloten om geld in te zamelen voor KiKa."

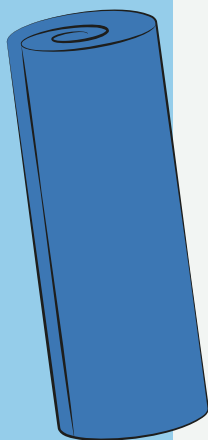
En zo ging de klas aan de slag! Met metaal werden vogeltjes en vlinders gemaakt voor in de tuin. Eén student heeft er al 120 stukjes van verkocht. Er werd ook een hele grote barbecue op een aanhangwagen gemaakt. Daarnaast nog terrashaarden en rocket stoves (kooktoestellen voor buiten). Hetgeen wat werd gemaakt werd verkocht op school of via internet.

"De studenten zetten hun technische kennis en vaardigheden in om zelf niet per se beter van te worden, maar om iets voor een ander (in dit geval KiKa) te betekenen, dat vind ik ontzettend mooi!"

Wat heb je volgens Victor nodig om een Maatschappelijke Dienst Tijd te laten slagen:
"Zulke projecten vallen of staan met betrokken collega's en studenten en dat is hier zeker het geval!"



2b

Reisverhaal
expeditieleiderMDT als spiegel
voor veiligheid,
motivatie én
zelfkennis**Interview met docent Minze**

Dit traject verliep niet vlekkeloos en juist dat is leerzaam! Minze wil zijn verhaal delen én de bijbehorende lessen. Hij werkt al jaren als vakdocent en hij laat zich kennen als heel betrokken, vriendelijk en welwillend.

Voor MDT heb je een veilige groep nodig.

“Ja, hier raak je meteen het pijnpunt. Er was geen positief gevormde groep. De setting was niet veilig genoeg om dit soort onderwerpen te bespreken. Door studenten werd dit gezien als te soft, en bij de opleiding handel zijn we ‘stoere jongens en meisjes’. Een reden dat MDT niet goed werkte is dat er onvoldoende veiligheid was om überhaupt over dingen te praten.”

In hoeverre heb je het gevoel te kunnen werken aan de groepsdynamica?

“Ik heb niet het gevoel hier goed en adequaat aan heb kunnen werken. We hebben het beoogde traject uiteindelijk verkort en studenten meer vrijgelaten door enkel uit te spreken wat we verwachten. Uiteindelijk is er één groep die een grote challenge heeft gedaan.”

Het vraagstuk van een ‘veilige groep’ is MDT-overstijgend. Het komt neer op de vraag: hoe ga je als team studenten opvoeden? Tegelijkertijd kan de MDT hierin van betekenis zijn.

“Er moet groepsvorming plaatsvinden en dat is een lastig proces. Het MDT-traject heeft ons geconfronteerd met de tekortkomingen in de groepsvorming en ons aangezet hier actief iets mee te doen. Voor de nieuwe eerstejaars is het idee

nu MDT-kort te integreren in het introductiekamp. Doordat ze drie dagen op een kampeerboerderij zitten, zijn ze meteen op elkaar aangewezen en leren ze elkaar een beetje kennen. Dat zijn de ingrediënten voor de start van een goede groepsdynamica.”

Naast een veilige groep is ‘motivatie’ ook belangrijk voor een MDT. Hoe was de motivatie voor MDT?

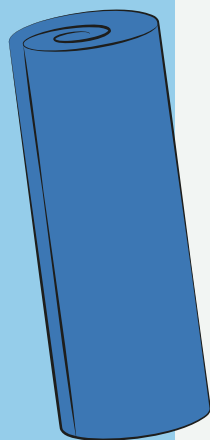
“Slecht. Op een gegeven moment werd gezegd: ‘ik vind het belachelijk: hiervoor zit ik niet op school. Ik zit op school om te leren verkopen, niet op dit te doen.’ Ik denk dat je het MDT-traject op een andere manier over moeten brengen. Allereerst beter communiceren wat ons doel is en waarom we het doen. Maar ook door beter aan te sluiten bij de studenten. Ik denk dan bijvoorbeeld om een verbinding te maken met maatschappelijk ondernemerschap. Integratie bij bestaand onderwijs is het mooiste en het meest relevant! Dit maakt dat MDT begrijpelijk: je kiest voor de opleiding handel en ondernemen en dan ga je met maatschappelijk ondernemerschap iets doen. Dat klinkt heel logisch voor een student!”

De aansluiting speelt dus een rol in hun motivatie?

“Ja het moet relevant zijn. Nog los van het feit dat we vooraf vertellen waarom we het belangrijk vinden wat we doen, gaan ze het dan zelf als zinvol ervaren. Omdat het in hun eigen beroepscontext geïntegreerd is en ze zelf voelen dat het hier past. Daarnaast helpt MDT studenten om zich te oriënteren op wat ze willen en bij hun past. Bij handel en ondernemerschap denk ik dat 2 van de 10 studenten de studie kiezen omdat ze denken: ‘dit past echt bij mij’. 8 van de 10 studenten denken: ‘ik heb geen idee, ik had economie in mijn pakket of het is wel een mooie

2b
Reisverhaal
expeditieleider

MDT als spiegel voor veiligheid, motivatie én zelfkennis



brede opleiding'. Persoonlijk vond ik de individuele gesprekken met studenten binnen MDT erg waardevol. Dan merk ik dat een student serieus nadenkt over zijn waarden en waarom iets belangrijk voor hem/haar is."

Hiermee zeg je dat MDT zelfkennis vergroot.

Kun je dat nog wat verder toelichten?

"MDT zorgt ervoor dat studenten ervaringen op kunnen doen in een omgeving die niet bekend is. Het leren kennen van mensen die niet in jouw kringetje zitten, of het nou met kinderen is, of met ouderen, of iets in de buurt, is vreselijk waardevol. Studenten zitten namelijk over het algemeen erg in hun bubbel. MDT helpt studenten uit hun comfortzone te gaan en daarmee leren ze zichzelf kennen. Het gaat niet alleen om in een andere context te stappen, maar dit ook doen vanuit een ander doel: namelijk iets doen voor een ander. Op een gegeven moment beseffen studenten dat dit heel leuk is om te doen."

Op welk moment tijdens het MDT-traject had je het gevoel, hier draait het echt om?

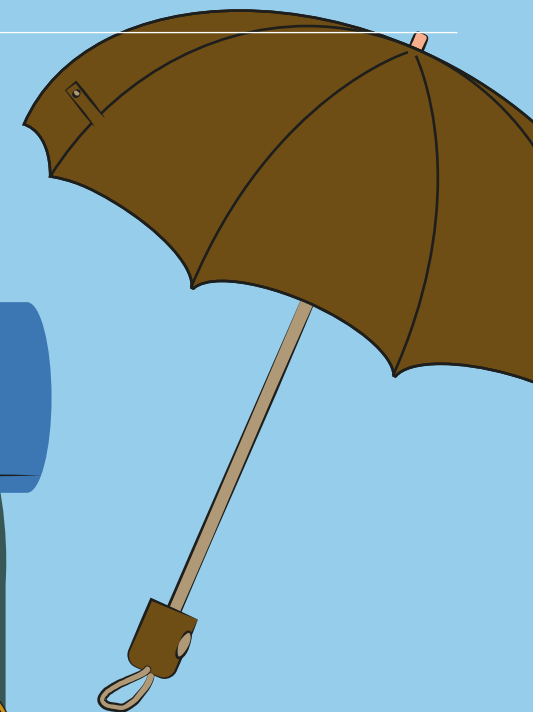
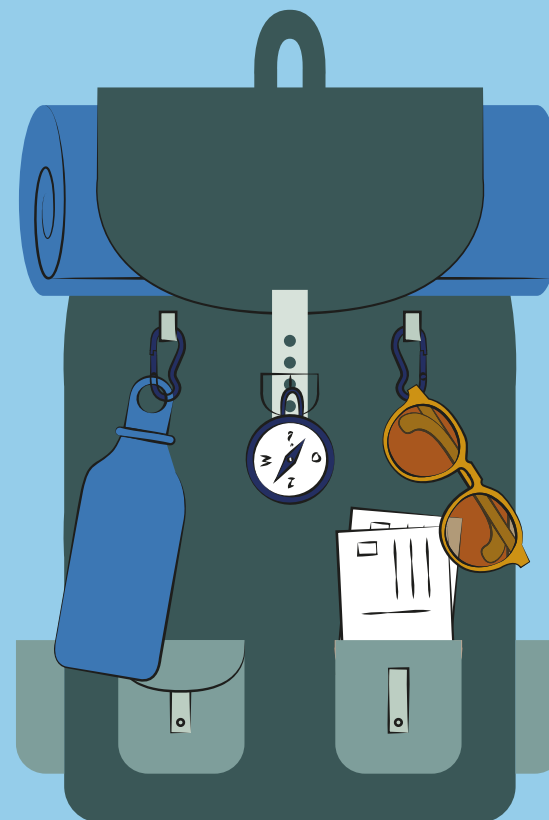
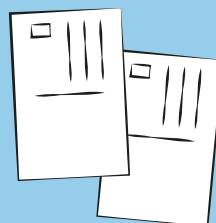
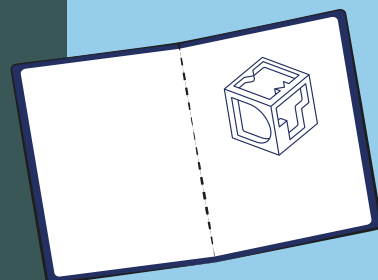
"Er zijn kleine momenten geweest waarbij ik dacht, dit is leuk, mooi en waardevol. Bijvoorbeeld in gesprek met studenten over wat zij vonden van MDT. Op deze vraag kwamen niet veel positieve reacties. Toch kwam er vanuit iemand, waarvan ik het totaal niet had verwacht, de reactie: 'maar we leren elkaar nu toch wel een beetje kennen'. Hij had oog voor iets dat gebeurde in de groep, terwijl de rest dat niet opmerkte."

Tot slot: waar zou je behoefte aan hebben, wanneer je opnieuw een MDT-traject gaat begeleiden? *"Ik zou behoefte hebben aan sessies, waarbij ik met andere collega's kan kijken: hoe doe jij dat? En niet alleen met mensen die MDT doen, breder. Ook samen sparren hoe we MDT het beste kunnen integreren. Dus kennis ophalen bij andere collega's/vestigingen en kijken hoe MDT het beste past in de context."*

Onderweg

3a
**De uitdagingen
van onderweg zijn**

3b
**3 reisverhalen
van Firda studenten**



**Hoe maak ik/we er betekenisvol
onderwijs van?**

3a

De uitdagingen van onderweg zijn

Durven op pad te gaan, er voor te gaan

Alle begin is moeilijk en verdient vriendelijke aanmoediging. En tegelijkertijd is het begin vaak ook leuk en spannend. Dat zorgt voor energie om er vol goede moed aan te beginnen. Pas wanneer je een tijdje op reis bent, slaat de vermoeidheid toe, word alles 'normaler' en neemt de beginnersenergie af. Dan komt het aan op vertrouwen, volharden en koers houden.

Enkele tips om elkaar te steunen en aan te moedigen:

- Doe een check-in tijdens de MDT bijeenkomst. Gebruik hiervoor bijvoorbeeld het thema (zie routekaart) wat jullie voor jullie reis hebben gekozen.
- Maak het leerproces inzichtelijk, zoals met de leerkuil (zie plaatje) en bevrage elkaar/geef complimenten op de voortgang. (Leren is niet zo leuk als je onderin de kuil zit)

CHECK-IN is:

- Krachtig en eenvoudig; Geeft iedereen de ruimte om iets te zeggen
- Verdiept relaties; Geeft inzicht in zaken die belangrijk zijn voor de groep

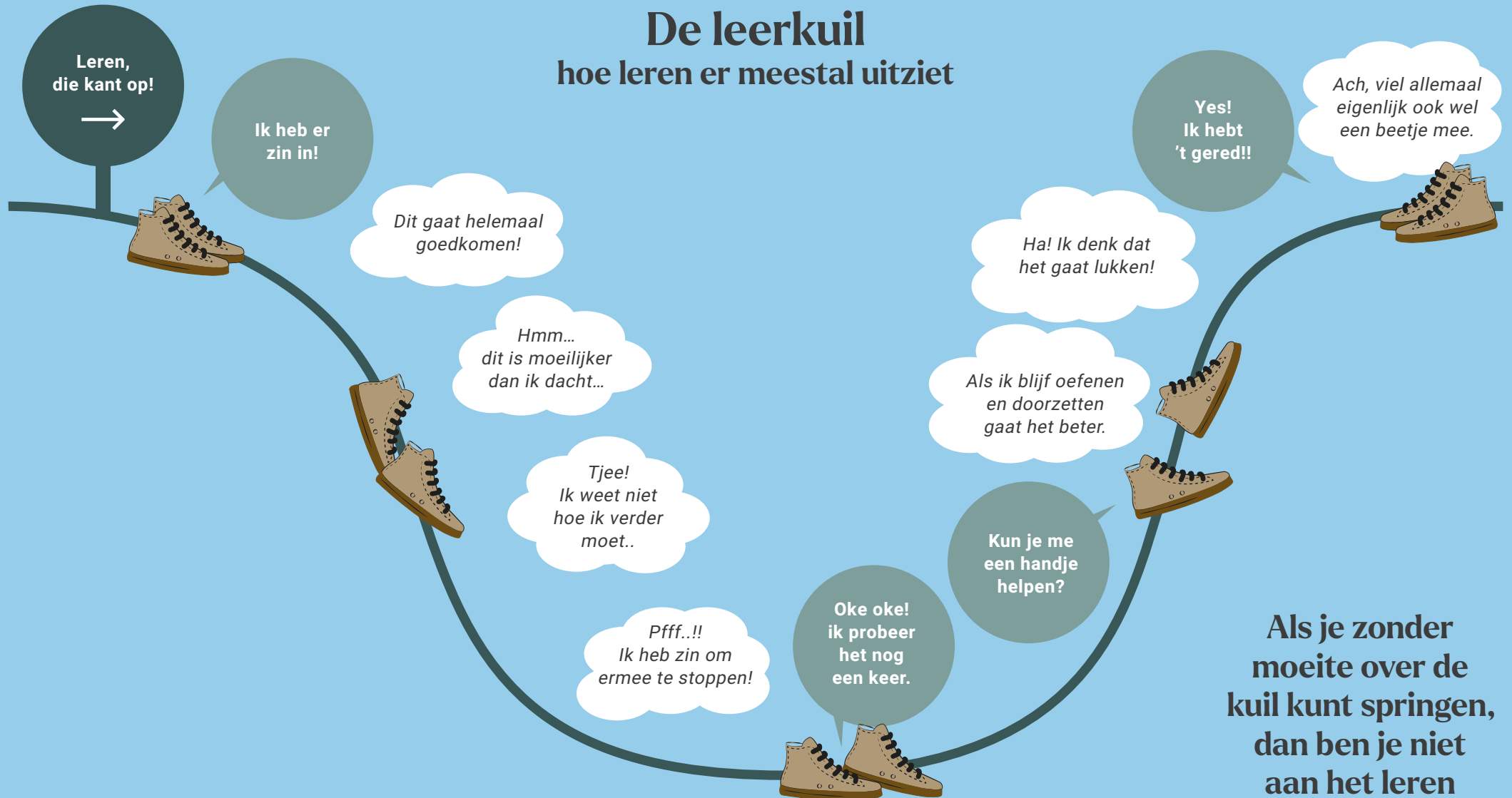
Stel de vraag, geef iedereen nadenkrumte en ruimte om te delen.

Doe een check-in tijdens de MDT bijeenkomst. Een check-in is krachtig en eenvoudig. Het geeft iedereen de ruimte om iets te zeggen, verdiept relaties en geeft inzicht in zaken die belangrijk zijn voor de groep. Voor een check-in kun je een vraag gebruiken of het thema wat jullie hebben genoemd op de routekaart.. Vervolgens geef je iedereen nadenkrumte (laat ze het eventueel opschrijven) en daarna ruimte om te delen (direct plenair of eerst in groepjes).

Mogelijke check-in vragen:

- Wat houd jou op dit moment het meest bezig in je MDT-reis?
- Welke liedje past voor jou bij deze dag of deze MDT-reis?
- Hoe zit jij er op dit moment bij, qua energie?
- Welke afbeelding (beeldkaarten) kies je voor vandaag?
- Wat heeft jou vanochtend of tijdens deze MDT-reis verrast?
- Waar ben je eigenlijk elke dag dankbaar voor?

De leerkuil hoe leren er meestal uitziet



3b
**3 reisverhalen
van Firda
studenten**

In deze serie portretteren we de ervaringen van Firda studenten over hun gemaakte MDT-reis.



BINGO!

**Podcast:
de Weegschaal**

**De vibe
kwam erin!**



3b Reisverhaal van Firda student

BINGO!



Het is donderdagmiddag en we zitten in een ruim klaslokaal in Drachten. Sjoukje en Joelle zijn al 'uit', maar vinden het leuk om te vertellen over hun belevenissen. Ze zijn beide 17 jaar en zitten in het eerste jaar van hun opleiding bij Economie en Ondernemen. Tijdens hun Maatschappelijke Dienst Tijd hebben ze ervoor gekozen een uitstapje te maken naar de ouderenzorg.

Joelle vertelt: *We hadden twee dames, vriendinnen van elkaar, opgehaald. We gingen naar de zaal, waar we de Bingo gingen spelen. Toen we zaten kwam er een andere, voor hun onbekende, dame bij. Na een tijdje waren ze aan het kletsen alsof ze elkaar al jaren kenden. Ik vond het leuk om te zien dat ze met z'n drieën een gezellige middag hadden. Voor mij voelde het alsof ik gezellig met vriendinnen was en dat de Bingo geen 'moetje' was.*

Joelle en Sjoukje hadden nog niet eerder tijd doorgebracht met iemand die dementerend is, laat staan een spelletje Bingo met ze gespeeld! Het was een nieuwe ervaring en dat is leerzaam. Het leeftijdsverschil of de dementie bleek niet in de weg te zitten voor een praatje. *"Iedereen was zo blij dat we er waren!"*

Joelle is door deze ervaring gaan nadenken over haar loopbaan en overweegt een baan binnen een zorginstelling of ziekenhuis.

Voor Sjoukje zit de winst in het leren kennen van de doelgroep en daardoor het respect dat ze heeft gekregen voor mensen die in de zorg werken. *"Wij waren er maar één middag, maar ik was echt moe!"* Ze weet door de ervaring beter hoe ze in contact komt met ouderen. *"Ik werk in een supermarkt en merk dat ik*

nu sneller vraag: zal ik u even helpen?"

Beide moeders werken in de ouderenzorg, waardoor ze op het idee kwamen op iets voor ouderen te organiseren. En Bingo was het eerste wat in ze opkwam én vinden ze het leukste om te doen. Dus die keuze was snel gemaakt. Iets organiseren waar je zelf óók plezier aan beleeft blijkt een belangrijk ingrediënt in het geven van aandacht aan een ander!

De Bingo was door de studenten tot in de puntjes voorbereid; inleven in de doelgroep, nadenken over écht leuke cadeautjes, contact leggen met de instelling en het slepen met tassen vol boodschappen.

Uiteraard verliep het allemaal niet vlekkeloos, zo wisselde de groepssamenstelling en de motivatie. Vlák voordat de Bingo-boodschappen gedaan moesten worden, lieten twee groepsgenootjes het afweten via een berichtje. Daar sta je dan met je troostprijzen in de kou...

De dames gaven en niet op en gingen! Juist die insteek, om toch door te zetten en er iets van te maken, maakt het verschil. Dat beaamde de begeleidende docent ook, die kwam kijken bij de Bingo.

De uitdaging zat voor Sjoukje en Joelle in het organiseren: alles regelen, zelf contact leggen (zo bleek bellen handiger dan mailen). *"Dit was ons eerste project waar wij de leidinggevende waren."* Er was vertrouwen in de plannen vanuit de opleiding en dat uitte zich ook in het te besteden budget voor deze big-challenge.

Als ik hen vraag welk cijfer ze zichzelf zouden geven, kijken ze elkaar heel even aan en zeggen dan beslist: *"een tien!"*

3b Reisverhaal van Firda student

Podcast: de Weegschaal



In dit MDT-avontuur ging de gehele klas op reis, samen een product maken, een product die past bij Media en Vormgeving, waarbinnen zij hun opleiding volgen. Niek, Annemarein en Froukje vormen een deel van de redactie van 'podcast de Weegschaal' en vertellen samen met hun docent Jelmer over hun avontuur.

WAAR BEGINNEN WE AAN?

Zowel de docent als de studenten wisten niet waar ze aan begonnen toen ze aan de start stonden. *"Ik had nog nooit van een MDT gehoord."* Gelukkig was er tijd, geld én ruimte beschikbaar. De workshop van Young Impact hielp de studenten in het scherpstellen van het onderwerp. *"Zo begon het mooie avontuur met een geweldige klas!"*

DE KADERS WAREN ZOEK

Jelmer: *"Het mooie was: zij wisten ook niet precies hoe het in de klas moest vorm worden gegeven. Dus dat was aan mij en aan de klas. Ik vind het als docent fijn als de klas daar zelf inspraak in heeft en ik daarin kan faciliteren. Dat is meer mijn stijl. En gelukkig pakt deze klas dat ontzettend goed op!"*

Een van de studenten: *"Ik vond het wel heftig, vooral in het begin. Toen had ik af en toe wel even van waar zijn we aan begonnen en wat voor opdracht hebben we nu weer gekregen? Maar toen we eenmaal bezig waren ging het soepel. We hadden een goede werkhouding, het ging gewoon goed."*

Uit de MDT-ervaring blijkt dat iedereen een andere voorkeursaanpak heeft. De één vindt het fijn als het nog niet zeker is en dat hij gaandeweg mag ontdekken en een ander wil richting, kaders of minimaal een voorbeeld.

Terugkijkend zijn ze tevreden over het resultaat van de Podcast.

ONTSTAAN VAN PODCAST DE WEEGSCHAAL

De docent kwam met het idee van een podcast en dat werd opgepikt. Middels een werkvorm in de klas met post-its kwam het thema 'kansenongelijkheid' naar voren. *"Ons logo, ons beeld van onze podcast is een weegschaal. Van gelijkheid."* De deelonderwerpen van de podcast werden: vooroordelen, armoede en menstruatiearmoede. Een podcast door studenten voor studenten. *"Het moest zo echt mogelijk zijn, Daarom werd ervoor gekozen om niet te knippen in de podcast."*

Het werkte goed. De studenten voelden een klik met hun gasten en zich verdiepen in de onderwerpen sprak hen aan. En het werkt om *"een onderwerp te kiezen voor de eerste aflevering waar we oprecht geïnteresseerd in waren."*

De studenten werden gedurende het proces met beperkingen geconfronteerd. Zo kregen ze geen toestemming om de podcast te publiceren. Het heeft gevolgen wat je naar buiten brengt.

3b Reisverhaal van Firda student

Podcast: de Weegschaal



Jelmer: *“Stel er komt naar voren dat de Friese Poort (tegenwoordig: Firda) super veel vooroordelen heeft. Dan kan je hem hier in school misschien naar buiten brengen, maar niet en plein public.”* Dit aanvoelen is onderdeel van hun toekomstige vak. En tegelijkertijd zegt de student daarover: *“Ik ben ervoor om gewoon duidelijk te maken van dit is er aan de hand. We gaan het niet mooier maken dan dat het is.”*

Docent: *“En daarvoor zijn jullie inderdaad journalisten!”*

WAT HEEFT HET OPGELEVERD?

De podcast heeft veel dingen opgeleverd en niet in de laatste plaats de menstruatiekastjes op de tweede verdieping.

“Het mooiste vond ik dat ik een gesprek met Jolanda had voor de podcast. Zij gaat over de menstruatiekastjes. In de podcast hadden wij een fijn gesprek in de hele maffe, warme podcast-ruimte. Jolanda had zich heel goed voorbereid. Uiteindelijk kwam ik met de vraag: hoe komt het dat er op deze tweede verdieping en daarboven eigenlijk geen menstruatiekastjes zijn en beneden wel? En hoe kan ik dat aanvragen? Ze keek me aan en ze zij dat ze daarbij kan helpen. En zo is het geregeld dat ook menstruatiekastjes op deze verdieping zijn gekomen.”

Student Annemarein heeft laten zien dat ze kan leidinggeven en het haar duidelijk is wat moet gebeuren. Iedereen volgde dat op.

Jelmer: *“Ze is een echte kartrekker geworden.”* Een podcast brengt verhalen op gang. En als de microfoon uitstaat komen er nog meer verhalen op gang, zo blijkt. Veelal hebben we het niet over vooroordelen, armoede of menstruatiearmoede. Dat wél doen schept een band.

Student Froukje: *“Ik denk dat onze klas al heel hecht was. We hebben elkaar wel beter leren kennen door het verhaal. Want ik vertelde bijvoorbeeld wat over armoede. We waren ook heel open.”*

Tot slot een tip van Jelmer: *“ik denk voor docenten die dit ook willen doen, het loslaten de kunst is om echt tot iets moois te komen. Ze hebben in het begin tegen mij gezegd: je bent zelf ook onderdeel en je moet leidinggeven. Ik denk dat dit wel de mooiste manier is om dit voor elkaar te krijgen.”*

3b Reisverhaal van Firda student

De vibe kwam erin!



In Sneek vertellen drie studenten enthousiast over hun ervaring. Ilona, Hedwig en Michael volgen een opleiding in Economie en Ondernemen en zij organiseerden afgelopen schooljaar een feest in Bolsward. Om de verbinding tussen mensen te bevorderen én natuurlijk omdat het gewoon een gaaf idee is!

Wanneer de studenten brainstormen over de challenge, werpt Michael al grappend op dat hij wel een DJ-show kan organiseren. Ilona en Hedwig zijn enthousiast en langzaam wordt de grap werkelijkheid.

De voorbereidingen blijken belangrijk en gaan niet vanzelf. Bijvoorbeeld het boodschappen doen. *“Toen liep ik met 3 van de six-packs cola rond. Op een gegeven moment had ik geen armen meer over!”*, vertelt Michael wrijvend over zijn armen. Of de kapotte geluidsbox. *“Op een gegeven moment hadden we nog maar twee weken en toen moesten we nog de plek regelen en die boxen, het geluid. Dat was drama! Maar we hadden al zó veel georganiseerd, dan gaan we echt niet stoppen omdat er iets misgaat met de muziek. We hebben doorgezet terwijl de helft van de boxen stuk was.”* Door de tegenslagen kwamen ze erachten dat ze samen goed kunnen doorpakken en op elkaar kunnen bouwen.

Volgens Ilona werd het tijdens het feestje pas laat op de avond écht leuk. *“De vibe kwam erin. Iedereen zat eerst een beetje aan de bar te niksen en toen gingen ze wel de dansvloer op...”*

De jongeren kijken met plezier terug op het feest en maken nu grappen over een volgende editie, op een nog grotere en professionele locatie. Iets organiseren en realiseren geeft een kick en gevoel van eigenwaarde. Ze zijn dik tevreden met het resultaat van hun challenge. Het delen van deze ervaring, het vieren van het succes, het overwinnen van de tegenslagen levert verbinding op. *“We zijn nóg betere vrienden geworden!”*

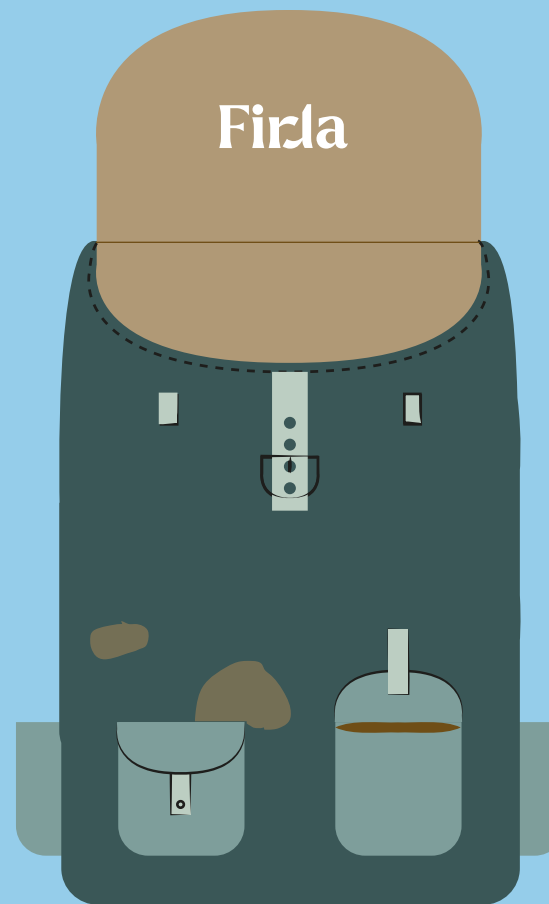
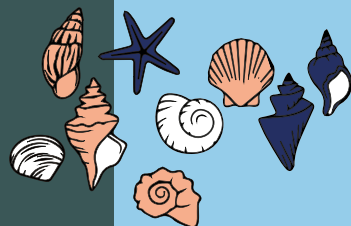
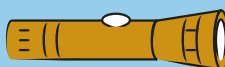
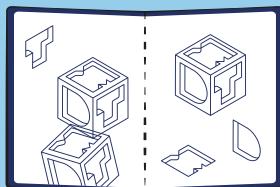
Ze hebben het gevoel dat ze hun DJ-feest heeft bijgedragen aan verbinding tussen mensen. Iets organiseren voor anderen geeft het gevoel dat je ertoe doet. Een van hen, Michael, had al eerder ervaring opgedaan met het delen van zijn hobby binnen MDT-verband en geeft DJ-les aan leeftijdsgenoten die ‘niet zo goed zijn in vrienden maken’. Gezien worden in je talenten en hierop uitgedaagd worden blijkt een waardevol ingrediënt voor een geslaagde Maatschappelijke Diensttijd. Het geeft een red-bull gevoel. *“Ik was altijd al van mensen bij elkaar brengen, mensen helpen. En ik heb plezier in DJ-en, dat zie je er ook wel aan af, als ik shows heb.”*

Door de intensieve samenwerking en het waarmaken van het plan is de verbinding tussen dit drietal flink verstevigd. *“We hadden ook alle drie een MDT-shirtje aan!”*

Thuiskomen

4a
Uitpakken

4b
Verantwoording



Wanneer is het goed?
Voor wie is het goed?



4a Uitpakken

Klik hier voor
het filmpje

**MDT: Maak er
onderwijs van!**

(1.52 kijktijd)



De terugkomst na een lange, bijzondere reis wordt van oudsher gevierd. Sterke verhalen worden uitgewisseld, gezeten aan een feestelijk gedekte tafel. De tas wordt uitgepakt, de souvenirs uitgestald, de foto's gedeeld...

Het is duidelijk; bij thuiskomst heb je nog wat belangrijks te doen: uitpakken! Als je deze fase overslaat doe je de opgedane (leer)ervaringen tekort. De ervaring verwaait, want heeft nog (te) weinig betekenis gekregen. 'Uitpakken' doe je met name door te #begrijpen en te #reflecteren. Het (samen) terugkijken krijgt de aandacht. Ervaringen ondertitelen en betekenis geven staan centraal. Gebruik hiervoor de rode draad oftewel het gekozen thema van jullie MDT-reis.

Een paar ideeën:

- Deel met elkaar welke (metaforische) souvenirs jij hebt meegenomen van de MDT-reis? Wat betekenen ze voor je? Wat heb je geleerd? Stal ze uit en vertel.
- Hoe vieren we met elkaar de goede afloop? Wie hebben we ontmoet en welke verhalen zullen we nooit vergeten? Welke aanstekelijke initiatieven vragen om een vervolg? Zorg voor een feestelijke afsluiting en geef alle ruimte aan de verhalen.
- Laat studenten MDT ervaring op hun cv zetten: hoe geven ze een beknopt weergave van deze ervaring? En geef elkaar een aanbeveling door een talent van de ander uit te pakken.

4b

Verantwoording

**Niet iedereen
die ronddoelt
is verdwaald**

Sinds 2022 is er gestart om binnen de school MDT reizen te maken. Die ervaringen hebben ons geholpen deze reisgids en de routekaart te ontwerpen.

We ontdekten dat het werkt om MDT als een reis te beschouwen. Een reis waarbij het om het onderweg zijn gaat (het proces) en niet de bestemming zoals op een geboekte vakantie waar de meeste onderdelen al vastliggen. Je ontwerpt de MDT reis om te kunnen afwijken, want niet iedereen die ronddoelt is immers verdwaald.

Reizen staat synoniem voor een lerende aanpak. Reizen nodigt uit voor co-creatie en met elkaar richting bepalen. Geen blauwdruk of vastliggende structuur. Waar we precies uitkomen is het resultaat van de gewenste situatie, omstandigheden en voortschrijdend inzicht.

Met de twee documenten:

- De fysieke routekaart die jou als reisleader uitnodigt om de reis te ontwerpen.
- De digitale reisgids met achtergrondinformatie die verdiepend en verhelderend werkt.

Willen wij als ontwerpers het volgende bereiken:

Enthousiasme aanwakkeren. Inspirerende reisleaders maken het verschil! Door ideeën, verhalen van reisleaders te delen. De routekaart is ook een gesprekstool, om vooraf en achteraf te delen met anderen over de mdt-reis.

Houvast en ontzorgen: reizen is spannend, want je stapt in het grote onbekende. We hopen dat de routekaart waarop je de mdt-reis ontwerpt voldoende houvast geeft om te kunnen loslaten. Het paspoort inzicht waar MDT een plek krijgt binnen het groter geheel van de opleiding.

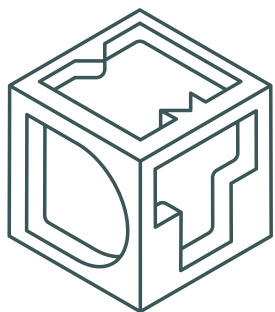
Kwaliteitsborging: door over de (onderwijs)stappen na te denken kun jij verantwoorden waarom je doet wat je doet. Het expliciet maken van het overkoepelend thema geeft richting waar jij opstuurt. Dat doet er toe! Op het paspoort geef je een verantwoording voor de gemaakte uren, mogelijk te gebruiken voor subsidie van de MDT.

Hieronder liggen twee belangrijke principes voor het onderwijs en Firda in het bijzonder.

1. De docent staat dichtbij het leerproces van de student en heeft daar invloed op. Daarnaast heeft de docent professionele ruimte en autonomie om zijn/haar werk kleur te geven. Hierdoor zijn/haar waarden, ervaring, overtuigingen, pedagogische en didactische bagage etc. zijn van belang. Dit komt in MDT tot uiting. Hoe maak ik onderwijs? Waar leren studenten van en waar zijn ze enthousiast over? MDT-reis begeleiden is een plek waarbinnen de docent opnieuw kan uitvinden en experimenteren wat onderwijs maken betekent en wat werkt in onderwijs. Een plek om te professionaliseren.

2. Firda biedt méér dan vakonderwijs en stimuleert dit bij studenten en medewerkers door de oproep 'Leer jezelf het leven door.' Firda biedt betekenisvol beroepsonderwijs met een interlevensbeschouwelijk karakter. Om dit vorm te geven zijn de grondwoorden ontmoeten, meedoen en betekenis geven. Binnen MDT krijgen deze grondwoorden invulling evenals de drie lagen: ik – de ander – de wereld. MDT biedt een kans om interlevensbeschouwelijk onderwijs te verdiepen.

Wat is MDT?



Maatschappelijke diensttijd is een traject dat geïnitieerd is door de overheid, bedoeld voor jongeren tussen de 12 en 30 jaar oud. Het ministerie van OCW werkt hierin samen met jongeren, maatschappelijke organisaties, scholen, gemeenten en andere ministeries en dus ook met ons: FIRDA!

Het is prachtig dat we MDT binnen Firda kunnen aanbieden. Zo is het voor onze studenten beter te combineren met hun vaak al heel drukke levens. Op deze manier hoeft het niet allemaal náást school, maar is het onderdeel van hun opleiding.



**MDT:
Verandering
doet leren!**

(2.01 kijktijd)

Klik hier voor
het filmpje

Waarom MDT binnen Firda?

6a

**Betekenisvol
Beroepsonderwijs**

6b

Bloeizones

Het geven van goed beroepsonderwijs is voor Firda natuurlijk belangrijk. Uiteraard is er aandacht voor vakkennis, vakvaardigheden en de houding die nodig is om je beroep goed te kunnen beoefenen.

En tegelijkertijd wordt het steeds duidelijker dat er in het leven meer nodig is dan de beheersing van sec beroepsvaardigheden.

**Bij Firda
leer je jezelf het
leven door!**

6a

Betekenisvol Beroepsonderwijs

**Bij Firda
leer je jezelf
het leven
door!**

Je doet het niet voor een cijfer en het is méér dan iets afvinken. Het is fijn dat je een studieonderdeel af kunt ronden met MDT, maar de echte waarde zit 'm in de ervaring en de betekenis, zoals:

- Iets positief op gang te brengen door je talent en vakmanschap in te zetten.
- Opmerken wat er met jouzelf gebeurt wanneer je iets doet voor een ander
- En het gevoel onderdeel uit te maken van iets groters dan jezelf: dát werkt motiverend, het zorgt voor 'zin' en draagt bij aan zingeving.
- Door nieuwe mensen te ontmoeten en werelden te verkennen, werk je ook aan het oprekken van eigen ideeën. Zo vraagt het iets van je empathisch vermogen om je te verplaatsen in iemand die héél anders leeft dan jij.
- En er wordt een flink beroep gedaan op je nieuwsgierigheid, je moed om iets nieuws aan te gaan en je vermogen om je te verwonderen.
- En tot slot: het is ook best fijn dat je studie méér is dan alleen dat 'papiertje' halen.

6b

Bloeizones

Firda investeert in de Brede Welvaart van onze regio. Bij brede welvaart kijken we verder dan het Bruto Nationaal Product; hierbij draait het ook om het gevoel van welbevinden. Denk aan omkijken naar elkaar, je ergens 'thuis voelen' of voldoende kansen ervaren om iets van het leven te maken.

Om onze regio een impuls te geven, kijken we af bij de Blue Zones. Dit zijn plekken op de wereld waar mensen opvallend ouder worden en gelukkiger zijn dan op veel andere plaatsen.

In onze regio ontstaan zogenaamde 'BLOEIZONES'; dat is onze variant op de blue zone. Firda draagt hier actief aan bij door Maatschappelijke Diensttijd aan te bieden. En omdat veel van onze studenten ook na hun studie in de buurt blijven wonen en werken, zijn zij de toekomstige bloei of bruistabletten voor de Regio.



Bloei
zone

Fryslân / Noordelijk Flevoland

Inspiratie

Klik hier voor
het filmpje



**MDT in, naast of
ôp het curriculum**

(1.03 kijktijd)



Colofon

Ontwikkeld door Onderwijs124 voor Firda

Auteurs: Tineke Ernst,
Marieke van Belle,
Sanne van der Hulst
en Pieter Baay
Onderwijs124

Vormgeving: Sanne Vos

Deze reisgids maakten we samen met medewerkers en studenten van Firda, namelijk Minze Hamstra, Jelmer Visser, Ryan Koldijk, Rosanne van der Woude, Victor van Elst, Martha Andela en Jochem van Weelie en Stéphanie Reijntjens en studenten Michael, Hedwig, Ilona, Froukje, Joelle, Sjoukje, Annemarein en Niek.

En onze Onderwijs124 collega's Heleen Copini en Laura Polder dachten en deden ook met ons mee.

Wil je meer weten over MDT of binnen Firda met MDT aan de slag? martha.andela@firda.nl

ONDERWIJS124

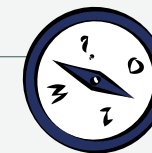
Firda / Leer jezelf
het leven door

MDT-ROUTEKAART

DE ONTDEKKINGSREIS

Uitleg routekaart:
check de clip in de
MDT reissgids via
de QR-code!

THEMA



Deze reis raakt 3 lagen:
ik / de ander en ik / de wereld en ik



VERTREK

THUIS KOMEN

MDT: De reis is net zo belangrijk als de bestemming!

MDT-PASPOORT

OM IN TE VULLEN

DE REISLEIDER

Naam:

Kwaliteiten:

Medereiziger:

Tijdsinvestering:

HET REISGEZELSCHAP

BOL / BBL (doorhalen wat niet van toepassing is)

Niveau:

Aantal studenten:

Opleiding:

WAARLANGS (aankruisen)

- Burgerschap
- Beroep
- Keuzedeel
- Keuzedeel Persoonlijk Profileren
- Loopbaanoriëntatie
- Voorbereiding stage

WANNEER (aankruisen)

- 1^{ste} periode
- 2^{de} periode
- 3^{de} periode
- 4^{de} periode
- 1^{ste} leerjaar
- 2^{de} leerjaar
- 3^{de} leerjaar
- 4^{de} leerjaar

URENVERANTWOORDING (80 UUR)

Wat / Aantal uur*

* Bijvoorbeeld: kennismaking - reistijd - reflectie - evaluatie - voorbereiden challenge - uitvoeren challenge - workshops/gastlessen/excursies - uitwisseling met anderen etc.

OPMERKINGEN/BIJZONDERHEDEN:

1/IN HET ZONNETJE ZETTEN

Laten we iets maken van betekenis voor een ander

Stuur degene die als eerste in je opkomt een boodschap. Spreek een berichtje in of maak een video en stuur het door naar iemand die het goed kan gebruiken.

Kijk eens goed om je heen, wat zie je? Pak het op en doop het om tot een cadeautje voor iemand die je liefhebt.

2/EEN GRATIS GLIMLACH BIJ OOGCONTACT!

Lachen is écht gezond!

In de gang en op straat kijken we vaak naar de grond of op onze telefoon en meestal niet naar elkaar.

Zullen we eens de mensen die we tegenkomen écht aankijken en hen een glimlach cadeau doen? Wat gebeurt er als je níet wegstijkt? Met jouzelf? En zie je ook iets bij de ander?

3/HARDOP RODDELEN

Door aardig roddelen blijf je op de hoogte van jezelf

Positief en opbouwend roddelen is helpend! Helemaal als je niks te verbergen hebt en het samendoet.

Dus: voer een student-bespreking, evaluatie van de MDT of feedbackronde voor de reisleiders van de MDT met elkaar.

*Verdieping:
check de reisgids!*

4/VIEREN

Feestmaaltijd

Als je op reis bent geweest wil je verhalen vertellen. En als je thuiskomt wil je samen eten. Laten we dit combineren en een feestelijke maaltijd organiseren met alle ruimte voor MDT-verhalen.

Wie nodigen we allemaal uit? Wat gaan we vieren? En wat zullen we met elkaar eten? Welke vraag ligt er onder ieders bordje en wil je graag beantwoord zien?

Eet smakelijk!

5/ER IS ALTIJD IETS TE VIEREN!

Iets wat niet vanzelf aandacht krijgt en er wel toe doet.

Tijdens je MDT-reis kom je van alles tegen dat geen (positieve) aandacht krijgt, maar er wel toe doet. Aan wat voor kleine en grote dingen denk jij dan?

Een wisselbeker voor de mooiste blunder?
Een hier-wonen-fijne-buren-slinger?
Een gebedje voor mensen die het zwaar hebben?
Taart eten met vrijwilligers?

1/IN HET ZONNETJE ZETTEN



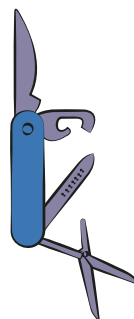
#doen
#begrijpen
#ontmoeten

2/EEN GRATIS GLIMLACH BIJ OOGCONTACT!



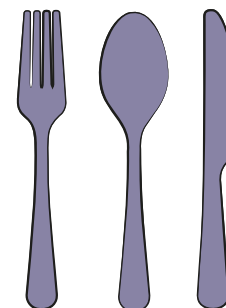
#ontmoeten
#ervaren
#doen
#reflecteren

3/HARDOP RODDELEN



#ervaren
#doen
#reflecteren
#begrijpen
#ontmoeten

4/VIEREN



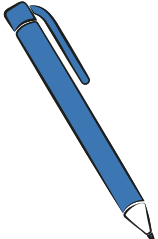
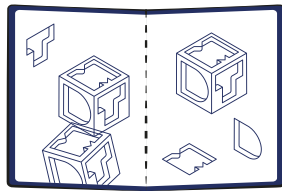
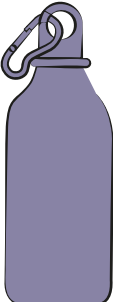
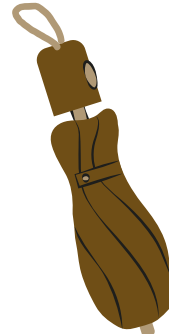
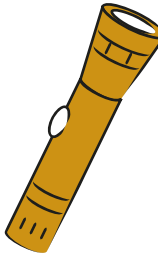
#doen
#ervaren
#ontmoeten
#reflecteren
#begrijpen

5/ER IS ALTIJD IETS TE VIEREN!



#begrijpen
#ontmoeten
#reflecteren
#doen

<p>6/... DURVEN OF DE WAARHEID?</p> <p>Alle vragen mogen</p> <p>In groepjes van vijf schrijft ieder op een blaadje een 'MDT-waarheid-vraag' waar je graag meer over wilt weten van je groepsleden. 'Hoe raakt het MDT-thema (bijvoorbeeld eenzaamheid) jou?, wanneer schaamde je je...?'</p> <p>Op de andere kant schrijft iedereen een 'MDT-durven-vraag' op. 'Durf jij X nu te bellen om te vragen..?' De briefjes worden verfrommeld en in een bakje gegooid. Ieder trekt één papertje en kiest: durven of de waarheid en voert uit wat er op het briefje staat.</p>	<p>7/ADVIES UIT ONVERWACHTE HOEK</p> <p>Wat zou jij doen?</p> <p>Iedereen heeft vragen waar je in je uppie niet uitkomt. Meestal hebben andere mensen nét zulke vragen. Schrijf jouw vraag op een briefje en geef deze door in een kring.</p> <p>De anderen schrijven of tekenen er iets bij. Dat doe jij ook bij de vragen van de anderen. Geef net zo lang door tot het briefje bij je terug is en jij een schat hebt aan waardevolle reacties.</p>	<p>8/'IETS ANDERS!'</p> <p>Iets nieuws zorgt voor hernieuwde aandacht</p> <p>MDT is even-iets-anders. Wat vraagt MDT voor nieuw gedrag van jou? Wat voor nieuws heb jij geleerd? Hoe is dat?</p> <p>Oefen eens bewust met iets-anders-doen. Bijvoorbeeld: zitten jullie altijd koffie te drinken in de kantine? Stel voor om die koffie eens buiten te drinken of om te staan. Verruil de koffie voor een ander drankje en vraag de ander voor jou een verrassing te bestellen. Wat levert dat op? Voor jezelf of in het contact met de ander?</p>	<p>9/DE GOEDE KANT OP FANTASEREN</p> <p>Een nieuwe toekomst, samen ontwerpen</p> <p>Je hebt een voorspellende droom gehad, waarin duidelijk wordt hoe je een belangrijke bijdrage kan leveren aan het oplossen van een belangrijk probleem van onze tijd. Wat is het probleem dat opgelost wordt in jouw droom? Op welke manier werd het probleem (deels) opgelost? Wat kun jij bijdragen door gewoon te zijn wie jij bent? In dromen is alles mogelijk; welk perspectief biedt dat? Wissel met elkaar uit.</p> <p>Verdieping: check de reisgids!</p>	<p>10/OP AVONTUUR IN JOUW OMGEVING</p> <p>De razende reporter</p> <p>Team-up met een MDT-genootje en wordt razende reporter.</p> <p>Een reporter brengt een gebeurtenis of actueel onderwerp in beeld. Het liefst op locatie en mogelijk met wat gein. Wat speelt er? Wat gaat goed en wat loopt niet lekker? MDT staat centraal in dit item.</p>
---	---	--	---	---

<p>6/... DURVEN OF DE WAARHEID?</p>  <p>#begrijpen #reflecteren #doen #ervaren #ontmoeten</p>	<p>7/ADVIES UIT ONVERWACHTE HOEK</p>  <p>#begrijpen #reflecteren #doen #ervaren</p>	<p>8/'IETS ANDERS!'</p>  <p>#ervaren #doen #reflecteren #begrijpen</p>	<p>9/DE GOEDE KANT OP FANTASEREN</p>  <p>#reflecteren #begrijpen #doen</p>	<p>10/OP AVONTUUR IN JOUW OMGEVING</p>  <p>#ontmoeten #doen #ervaren #begrijpen</p>
---	---	--	--	---

**11/DOE EEN
MDT-VOORSPELLING****En stuur alvast een kaartje**

Aan het begin van de MDT-reis schrijft ieder een ansichtkaartje voor één medestudent alsof het er al op zit: een soort voorspelling.

Daarin is de schrijver complimenteus. 'Beste X, je had bij de start nog niet zoveel zin, omdat je het spannend vond. Maar kijk nu eens hoe goed het gelukt is. Dat komt omdat je...'

Bewaar de kaartjes en bezorg ze bij de student wanneer deze er aan toe is.

12/TUSSENTIJD BIJSTUREN

**Wat gaat als een speer?
Waar wil je méér van?
Wat wil je anders?
Waar wil je minder van?**

Denk eerst zelf na over deze vragen, delen in duo's en uitwisselen in de groep.

Variatie: hang een groot papier aan de muur en laat daar iedereen in stilte op schrijven, de studenten vervolgens laten markeren wat de belangrijke punten zijn en daarover in gesprek gaan.

13/EEN TIEN!

**"Als je het kunt dromen,
kun je het doen"
(Walt Disney)**

Wat je in je leven wil creëren, moet je eerst in je verbeelding creëren. Dus maak een moodboard van de Big Challenge: Hoe ziet dat eruit? Hoe proeft het? Waar smaakt het naar? Wanneer is het gelukt? Wie zijn erbij? Wat hoor je mensen zeggen over de challenge?

Organiseer je iets samen met je gekozen doelgroep? Maak het moodboard samen!

**14/ONDER WOORDEN
BRENGEN****Tussenstand**

Leg woorden op de vloer die gevoel/emotie/eigenschap uitdrukken, zoals *opgelucht, blij, enthousiast, verrast, teleurgesteld, verdrietig, jaloers, geïnteresseerd, uitgelaten, koortsachtig, boos, lusteloos*.

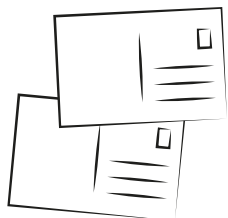
20 studenten = 30 woorden. Ga staan bij het woord wat past bij de ervaring bij MDT op dit moment. Hoe is dat om daar te staan? Even uitwisselen. Ga daarna staan bij het woord wat je graag wilt ervaren. Uitwisselen wat nodig is om daar te komen.

15/ONDERDOMPELEN**Trek je stoute schoenen aan!**

Een dag uit het leven van... meeluisteren en meelopen brengt meeleven.

Regel een excursie, gast-spreker, handmassage, rondleiding, meet&greet of een ontbijtje bij...

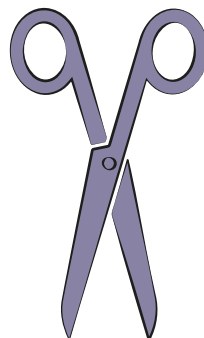
Laat studenten zelf iemand uitnodigen uit hun eigen netwerk.

**11/DOE EEN
MDT-VOORSPELLING**

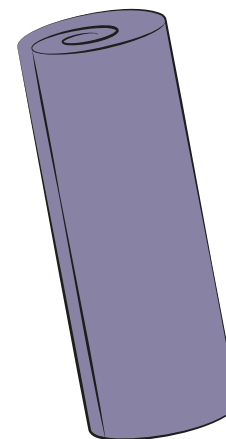
#reflecteren
#ontmoeten
#begrijpen

12/TUSSENTIJD BIJSTUREN

#reflecteren
#begrijpen

13/EEN TIEN!

#doen
#begrijpen
#reflecteren

**14/ONDER WOORDEN
BRENGEN**

#reflecteren
#ervaren

15/ONDERDOMPELEN

#ontmoeten
#ervaren
#doen

16/EVALUATIE

Even stilstaan brengt vooruitgang

M. ieters
welke ervaring van de MDT reis maakt positief indruk op je?

D. romen & doen
wat wilde je losmaken met je Big Challenge en wat heb je (tot nu toe) gedaan?

T. rots & Tip
waar ben je trots op, bij jezelf en de ander? En welke tip zou je jezelf willen geven?

17/DRIE GOEDE ACTIES DEZE DAG

Klein maar fijn

Doe 3 goede acties op deze dag!

Kijk om je heen en zie waar je een verschil kan maken. De deur openhouden, afval opruimen, wandelen met de buurvrouw, spelletje met ouderen, post wegbrengen, iemand helpen met oversteken of de vaatwasser uitruimen.

Succes gegarandeerd!

18/VERTEL HET DOOR!

Goed voorbeeld, doet goed volgen

Pak een lege routekaart en nodig iemand uit. Vertel de ander(en) over de reis die je hebt gemaakt, door hem terug te ontwerpen op basis van wat je hebt gedaan.

Neem de ander mee naar interessante momenten en onverwachte ontdekkingen.

Extra: werk het uit in een interview of podcast en deel het met andere geïnteresseerden.

19/KLEUR JEZELF IN!

Wat leeft er in jou? Een verdiepende kennismaking

Ga op een groot vel papier liggen en laat een ander je omtrek tekenen.

Kleur in waar de volgende onderwerpen/vragen zich bevinden: wat heb je onder de knie, waar heb je een neus voor, waar heb je je buik vol van, wat heb je in de vingers.. of: dromen, talenten, gedachten, vaardigheden, angsten.

En wat is de rode draad door jouw leven?

20/PRESENTEREN

De kunst afkijken

Bekijk 2 filmpjes over presenteren naar keuze.

Kijk en luister scherp en noteer waar een goede presentatie aan moet voldoen in de volgende 4 categorieën: inhoud (1), stem en houding (2), presentatiemiddelen (3) en x-factor (4).

Maak met medestudenten een lijst met belangrijkste onderdelen voor een goede presentatie en gebruik deze voor je MDT-presentatie!

16/EVALUATIE



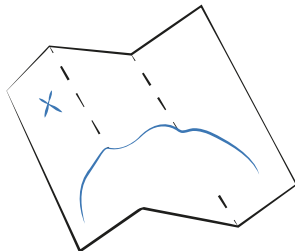
#reflecteren
#begrijpen
#ontmoeten

17/DRIE GOEDE ACTIES DEZE DAG



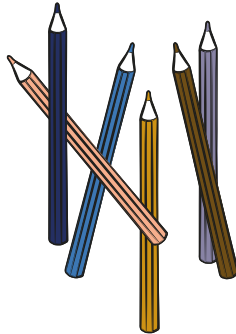
#doen
#ontmoeten
#ervaren

18/VERTEL HET DOOR!




#reflecteren
#begrijpen
#ontmoeten

19/KLEUR JEZELF IN!



#reflecteren
#begrijpen
#ervaren

20/PRESENTEREN



#begrijpen
#reflecteren

<p>21/VALLEN EN OPSTAAN</p> <p>Ik kan het nóg niet</p> <p>Teken het plaatje van de leerkuil op het bord.</p> <p>Laat elke student diens naam zetten op de plek waar diegene zich NU bevindt. Wissel in een tweetal uit; hoe het komt dat je op die plek in de kuil staat en wat kan helpen voor een volgend stapje? Maak het volgende stapje zo concreet mogelijk.</p> <p>Deel de uitkomsten plenair. Geef elkaar vervolgens een tip, compliment of motiverende quote.</p>	<p>22/MDT: DOE JE WEER MEE?</p> <p>De verleidingen van MDT</p> <p>Wat werkt (niet) bij MDT? Maak vier vakken op de grond met schilderstape.</p> <p>Vak 1 staat voor 'ik', vak 2 staat voor 'de ander', vak 3 staat voor 'de wereld' en vak 4 voor 'algemeen MDT'.</p> <p>Leg in ieder vak post-its met kansen-bedreigingen en/of tips-tops. Wat zou je een ander vertellen over MDT? Wat zou je de organisatoren van MDT willen meegeven?</p>	<p>23/_____</p>	<p>24/_____</p>	<p>25/NEEM EEN GEZONDE DUIK</p> <p>Ervaar via Jochems gezonde/sportieve netwerk:</p> <p>inspirerende workshops, gastsprekers, excursies, trainingen, coaching in:</p> <ul style="list-style-type: none"> > positieve gezondheid, > vitaliteit, > duurzaamheid, > depressie, > slaap, > voeding, > hormonen, > bewegen, > leefstijl, > gedragsverandering > en gezond omgaan met geld
--	---	-----------------	-----------------	--

<p>21/VALLEN EN OPSTAAN</p>  <p>#reflecteren #begrijpen #ontmoeten</p>	<p>22/MDT: DOE JE WEER MEE?</p>  <p>#reflecteren #begrijpen</p>	<p>23/_____</p> <p>#reflecteren #begrijpen #ervaren #ontmoeten #doen</p>	<p>24/_____</p> <p>#reflecteren #begrijpen #ervaren #ontmoeten #doen</p>	<p>25/NEEM EEN GEZONDE DUIK</p>  <p>#aanbod @Jochem van Weelie</p>
--	---	--	--	--

26/ONDERDOMPELEN: HAAL EEN INFLUENCER JE KLAS IN!

Leer meer over jezelf én maatschappelijke thema's

- > Verschillen Vieren (diversiteit omarmen)
- > Niet Normaal (culturele diversiteit)
- > Fix De Kloof (gelijke kansen, armoede in Nederland)
- > Goed Genoeg (prestatiedruk onder jongeren)
- > Nature Positive (biodiversiteit in Nederland)
- > Week Zonder Vlees (klimaatbewust eten)
- > Mens Voor Altijd (dementie en stigma's)

45 minuten | 20-25 personen

27/LEKKER ONLINE!

Online lesmodule
Wat is MDT?

In 45 minuten worden jongeren via video en interactieve opdrachten geïntroduceerd in de wereld van MDT. Uiteraard wordt de visie en doelstelling van MDT uitgelegd en worden de deelnemers uitgedaagd na te denken over de drie pijlers van MDT: talentontwikkeling, anderen ontmoeten en impact maken.

45 minuten 20 – 25 personen

28/STERKE PUNTEN!

In deze workshop ontdekken jongeren wat hun sterke punten zijn.

Waar ben je goed in?
Wat vind je leuk en belangrijk?

Ze gaan met elkaar in gesprek over elkaars talenten, verkennen hoe ze die ook in kunnen zetten voor hun omgeving en aan het eind van de workshop kunnen ze zelf ook hun talenten benoemen.

2 uur | 20-25 personen

29/IMPACT!

In deze workshop leren jongeren over hun waarden, wat zij belangrijk vinden en hoe zij impact kunnen maken op hun eigen omgeving.

Ze gaan tijdens deze workshop aan de slag met het formuleren van hun eigen challenge: een plan om zelf positief impact te maken op iets of iemand anders. 'Ontdekken waarin jij het verschil wilt maken en manieren om dit te doen'.

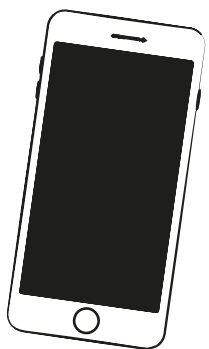
2 uur | 20-25 personen

30/PROJECTMANAGEMENT VOOR DE CHALLENGE!

Tijdens deze workshop werken de jongeren hun challenge-idee planmatig uit.

Ook maken ze de plannen voor de challenge concreet, ervaren ze de magie van doelen stellen en deze SMART te formuleren. Ook zetten ze vast stappen in de uitvoer ervan.

2 uur | 20-25 personen

26/ONDERDOMPELEN: HAAL EEN INFLUENCER JE KLAS IN!

#Aanbod Young Impact

27/LEKKER ONLINE!

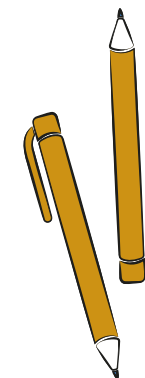
#Aanbod Young Impact

28/STERKE PUNTEN!

#Aanbod Young Impact

29/IMPACT!

#Aanbod Young Impact

30/PROJECTMANAGEMENT VOOR DE CHALLENGE!

#Aanbod Young Impact

31/3X WEERBAARHEID

Deze workshops zijn opgebouwd uit drie thema's Mindset, Prestatie en Zelfvertrouwen.

Via actieve werkvormen gaan jongeren aan de slag met hun persoonlijke ontwikkeling. Naast het persoonlijke proces zijn veel werkvormen ook gericht op samenwerken, het delen van verhalen en het luisteren naar elkaar. De deelnemer ontdekt hoe hij naar zichzelf kijkt, krijgt vaardigheden om zijn zelfvertrouwen te vergroten en stapt uit de comfort zone.

2 uur | 20-25 personen

32/PRESENTEREN + MDT-CERTIFICAAT

Klassikaal wordt het traject afgesloten door de Young Impact-trainer.

De deelnemers presenteren de uitvoer van hun challenge en delen welke impact zij hebben gemaakt op zichzelf en de ander.

De workshop wordt afgesloten met de uitreiking van het MDT certificaat.

2 uur | 20-25 personen

33/AVONTUUR + INTERNATIONALISERING + PERSOONLIJKE ONTWIKKELING

MyQuest helpt ons om met studenten invulling te geven aan (inter)nationale programma's.

Deze programma's zijn gericht op talentontwikkeling en persoonlijke groei. Dit doen ze door een ervaringsgerichte manier te werken. In de natuur. In Nederland en ver daarbuiten. MyQuest heeft een missie om het onderwijs te verrijken met persoonlijke ontwikkeling.

34/SERIOUS GAMING

Reflecteren een spelletje?!

Wel via deze speciale ervaringen waardoor er via het spel wordt geleerd. Denk bijvoorbeeld aan het oplossingsgericht werken in een escaperoom. Bij deze serious games, waarin zowel competitie als samenwerking wordt aangewakkerd, zit het belangrijkste leereffect in de zelfreflectie. De grootste toegevoegde waarde ontstaat ná het spelen van het spel. Samen met de deelnemers maken de game-coaches de overstap van spel naar zelfinzicht.

35/DE MDT-ATLAS

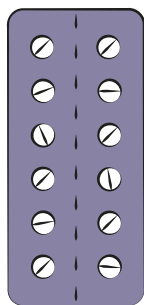
Vertel! Hoe was je reis? Wat waren de highlights?

In deze afrondende workshop staan de reisverhalen centraal.

We beginnen met een interactieve groepsreflectie met een landkaart, om de MDT-ervaringen met elkaar te duiden en te markeren. Vervolgens maakt iedere deelnemer een eigen MDT-kaart die wordt opgenomen in de MDT-atlas van Firda.

We werken vanuit het principe 'we doen het samen': de begeleidende MDT-docent en de Onderwijs124-trainer.

31/3X WEERBAARHEID



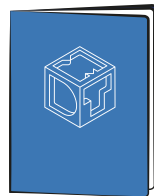
#Aanbod Young Impact

32/PRESENTEREN + MDT-CERTIFICAAT



#Aanbod Young Impact

33/AVONTUUR + INTERNATIONALISERING + PERSOONLIJKE ONTWIKKELING



#aanbod MyQuest

34/SERIOUS GAMING



#aanbod JGM Serious Experiences

35/DE MDT-ATLAS



#co-creatie Onderwijs124

Firda / Leer jezelf
het leven door