



# MET



## is een project voor jou

### Doe mee met MET



SCAN ME

### Wat is MET?

MET staat voor Maatschappelijke ErvaringsTijd. De naam zegt het al: je doet ervaring op door iets te doen in de maatschappij wat JIJ leuk, belangrijk of interessant vindt.

JIJ bepaalt en wij (andere jongeren en professionals) helpen jou met de weg ernaartoe.

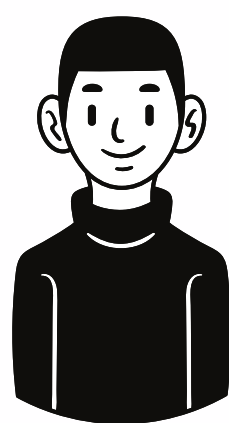
Voorbeelden van METplekken:

- (sport)training geven aan kinderen, jongeren of eenzame ouderen
- meelopen bij een interessant bedrijf
- een website ontwerpen voor een maatschappelijke organisatie
- een eigen podcast opzetten voor jongeren



### Ontvang:

- Elke twee weken groepsbegeleiding
- Trainingen
- Vergoeding
- Europass certificaat. Dit certificaat maakt zichtbaar wat jongeren als vrijwilligerswerk hebben gedaan, wat je hebt geleerd en is daarbij Europees onderkent! Die wil je hebben dus.



MET heeft mij gemaakt tot wie ik ben

Na MET ga ik met volle energie naar huis



### Ben jij?

- Tussen de 14 en 27 jaar?
- Woon je in regio Oss, Bernheze, Uden, Landerd of Meierijstad

### Waarom meedoen?

- Boost je zelfvertrouwen
- Ontdek je kwaliteiten
- Leer nieuwe vaardigheden en skills
- Maak jouw omgeving mooier
- Beteken iets voor een ander
- Werk aan je toekomst

Aanmelden of meer info?

- [met@ons-welzijn.nl](mailto:met@ons-welzijn.nl)
- [www.projectmet.nl](http://www.projectmet.nl)
- [project\\_MET](#)