

# BIG5 (16-23 jaar)

Word je bijna 18 en vraag je je af wat er dan allemaal moet en mag? Waar ga je straks wonen? Hoe voorkom je schulden? Welke opleiding of baan past bij jou? En wie helpt jou als het even tegenzit? Bij BIG5 helpen we je om antwoorden te vinden op deze vragen. We kijken samen met jou naar wat jij nodig hebt om zelfstandig en sterk de toekomst in te gaan.

## Wat is BIG5?

BIG5 is een traject speciaal voor jongeren van 16 tot 23 jaar. We helpen je stap voor stap met vijf belangrijke onderdelen van jouw leven:

- **Support.** Mensen om op terug te vallen
- **Wonen.** Een plek die bij je past
- **School en werk.** Iets doen wat je leuk vindt
- **Inkomen.** Grip op geld en rekeningen
- **Welzijn.** Goed voor jezelf zorgen

Je doet dit niet alleen. Je hulpverlener van Levvel loopt met je mee en denkt met je mee. Jij kiest wat jij belangrijk vindt. Wij helpen je om daar stappen in te zetten.

## 1. Support – Wie staat er voor je klaar?

Voel je je weleens alleen? Of heb je mensen om je heen, maar weet je niet goed op wie je echt kunt rekenen? Samen kijken we wie belangrijk voor jou zijn, zoals familie, vrienden, een buurvrouw, je voetbaltrainer... We kijken ook of er een maatje is dat bij je past. Iemand die je helpt of gewoon leuke dingen met je doet. Zodat jij tenminste één volwassene hebt die er altijd voor je is.

## 2. Wonen – Waar hoor jij thuis?

Wil je op jezelf wonen, of juist ergens anders? Maar weet je niet waar te beginnen? Wij luisteren naar jouw woonwens en zoeken samen uit wat mogelijk is. Je krijgt hulp bij het zetten van stappen, zoals inschrijven, papieren regelen of nadenken over geld. Zodat je een fijne en betaalbare plek vindt waar jij je thuis voelt.

## 3. School en werk – Wat past bij jou?

Misschien voel je je niet op je plek op school, ben je gestopt met je opleiding of weet je niet wat voor werk je wilt doen. Dat is oké. We kijken samen naar wat jij leuk vindt, waar je goed in bent en wat je nog zou willen leren. Zodat je iets vindt dat bij je past op school of op je werk.

## 4. Inkomen – Hoe houd je overzicht?

Geldzaken zijn vaak ingewikkeld. Misschien heb je schulden, of weet je niet wat zelfstandig wonen eigenlijk kost. Je krijgt hulp om overzicht te krijgen: wat komt er binnen, wat geef je uit? We gebruiken daarvoor ook een handige app. Zodat jij grip krijgt op je geld en niet andersom.

## 5. Welzijn – Hoe gaat het écht met je?

Voel je je gestrest, somber of zit je gewoon even niet lekker in je vel? We kijken samen wat jij nodig hebt om je beter te voelen. Dat kunnen kleine stappen zijn die jij zelf kunt zetten, of extra hulp als het nodig is. Zodat jij weet hoe je goed voor jezelf zorgt – nu en later.

# Jij staat centraal

Bij BIG5 draait alles om j ou. Jij bepaalt waar je aan wilt werken en in welk tempo. Je hoeft niet alles tegelijk aan te pakken. Samen maken we een plan dat bij jou past. We helpen je om sterker, zelfstandiger en met meer vertrouwen de toekomst in te gaan.

## Meer weten of hulp nodig?

Wil je weten of BIG5 iets voor jou is? Of heb je vragen over wonen, geld, school of jezelf? Neem contact op met je hulpverlener, begeleider of iemand die je vertrouwt. Zij kunnen je helpen om je aan te melden voor het BIG5-traject.

[aanmelden@level.nl](mailto:aanmelden@level.nl)

[088 054 70 01](tel:088-054-70-01)

### Over Level

Level is specialist voor jeugd en gezin, werkzaam in Amsterdam en omstreken. Wij helpen kinderen, jongeren en (pleeg)gezinnen in lastige situaties weer op weg. Zodat ze met een stevige basis de toekomst tegemoet kunnen. Level biedt alle hulp onder één dak: van opvoedondersteuning tot specialistische jeugdhulp en complexe psychiatrische zorg.