

Kick-off Cycle for Plan Vietnam 2019



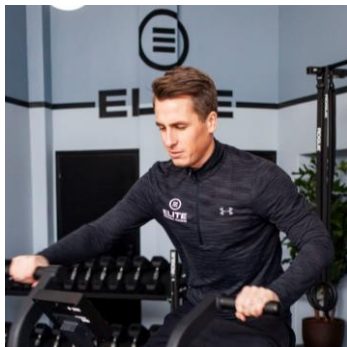
Welkom!

- 18.45 Welkomstwoord
- 19.00 Groep 1: Uitleg projecten in Vietnam en thematiek rondom kindhuwelijken
Groep 2: Communicatietraining en fondsenwervingstips
- 19.30 Pauze
- 19.45 Groep 1: Communicatietraining en fondsenwervingstips
Groep 2: Uitleg projecten in Vietnam en thematiek rondom kindhuwelijken
- 20.15 Pauze
- 20.30 Praktische zaken en mogelijkheid om vragen te stellen
- 21.00 Fietskleding passen





Vietnam crew – reis1



Mike Bulten
Plan International



Jurian Stevens
For All Reasons



Ilsoo van Dijk
Fotograaf



Pieta Wijsman
Arts



Girls first

Vietnam crew – reis 2



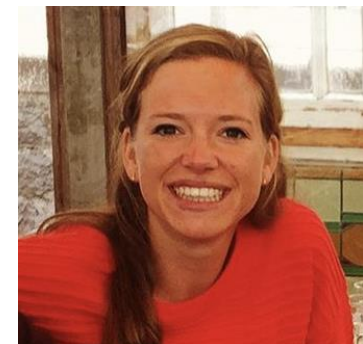
Ellen Biner
Plan International



Lisette Lucassen
For All Reasons



Eva Meylink
Fotograaf



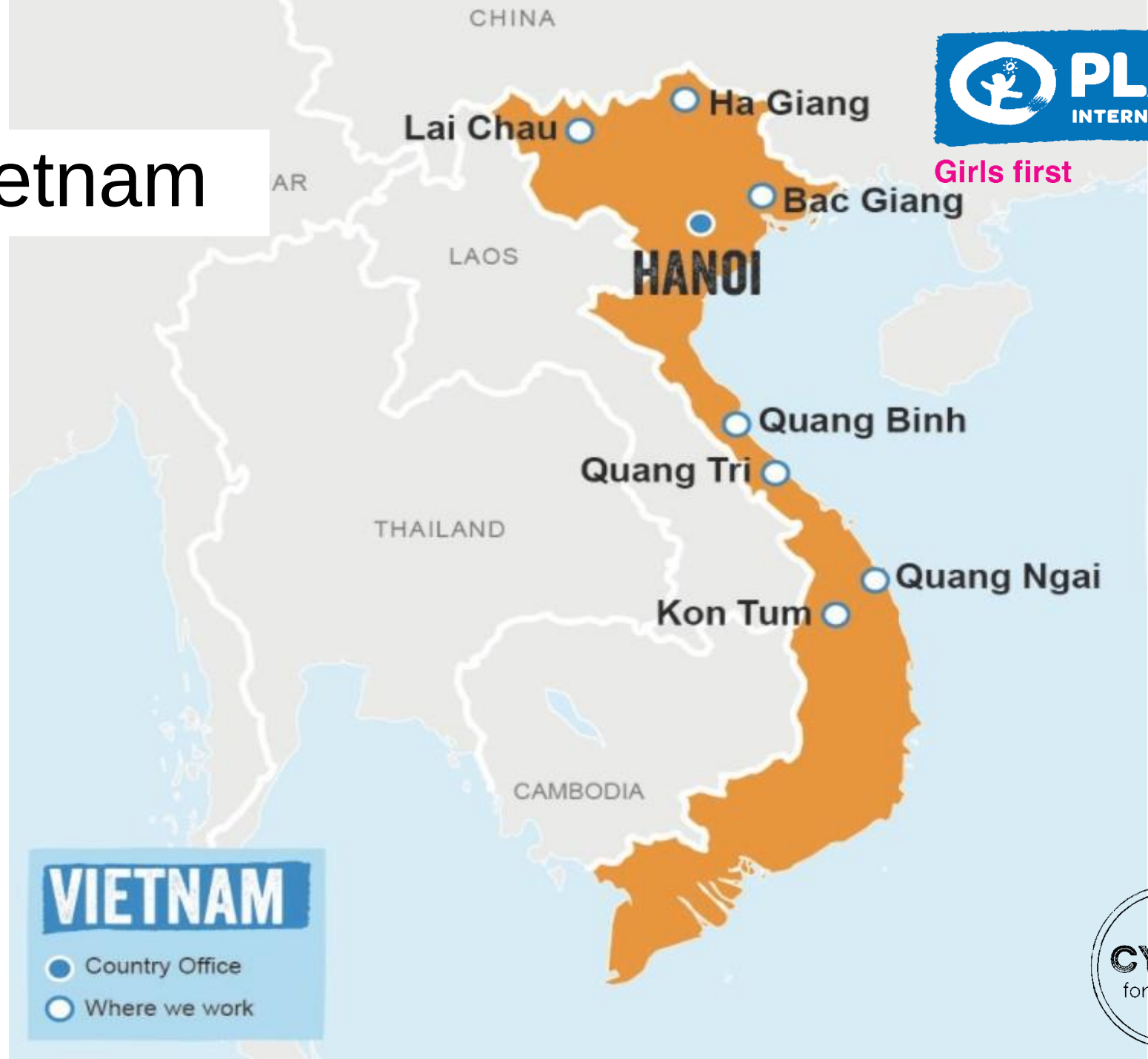
Pieta Wijsman
Arts



Vietnam



Girls first



VIETNAM

- Country Office
- Where we work



Facts & Figures:

Kind huwelijk Vietnam

- 
- A map of Southeast Asia with Vietnam highlighted in orange. The map shows the borders of the region, with Vietnam's location clearly marked in the north-central part of the peninsula.
- Wereldwijd trouwen elk jaar zo'n twaalf miljoen meisjes voor hun 18^e (Girls not Brides, 2018)
 - Dit zijn **1 op de 5** meisjes
 - In Vietnam trouwt **11%** van de meisjes voor hun 18^e
 - Onder de 53 etnische minderheden is dit **26%**
 - In de noordelijke provincies waar de projecten zijn waar Cycle voor Plan aan bijdraagt is dit **44%**

Oorzaken kindhuwelijken

- Armoede
- Culturele opvattingen: huwelijk als statussymbool
- (Seksueel) geweld
- Slechte toegang tot onderwijs en gebrek aan informatie
- Gebrek aan seksuele toegang tot voorbehoedsmiddelen
- Slechte handhaving wet- en regelgeving/uitvoering beleid

Gevolgen kindhuwelijken

- Vroegtijdig stoppen met school
- Nauwelijks of geen kans op het vinden van betaald werk
- Kans op huiselijk geweld
- Post-traumatische stress en depressie



Dit doet Plan tegen kindhuwelijken

Geïnformeerd keuzes maken & weerbaarder maken

Jongens én meisjes zijn empowered, maken geïnformeerde keuzes over hun seksuele, reproductieve & gezondheidsrechten en hebben kennis over kinderrechten en gender

Economische empowerment meisjes

Alternatieven voor opleiding en inkomensverbetering & voorkomen kind huwelijken

Veranderde attitudes

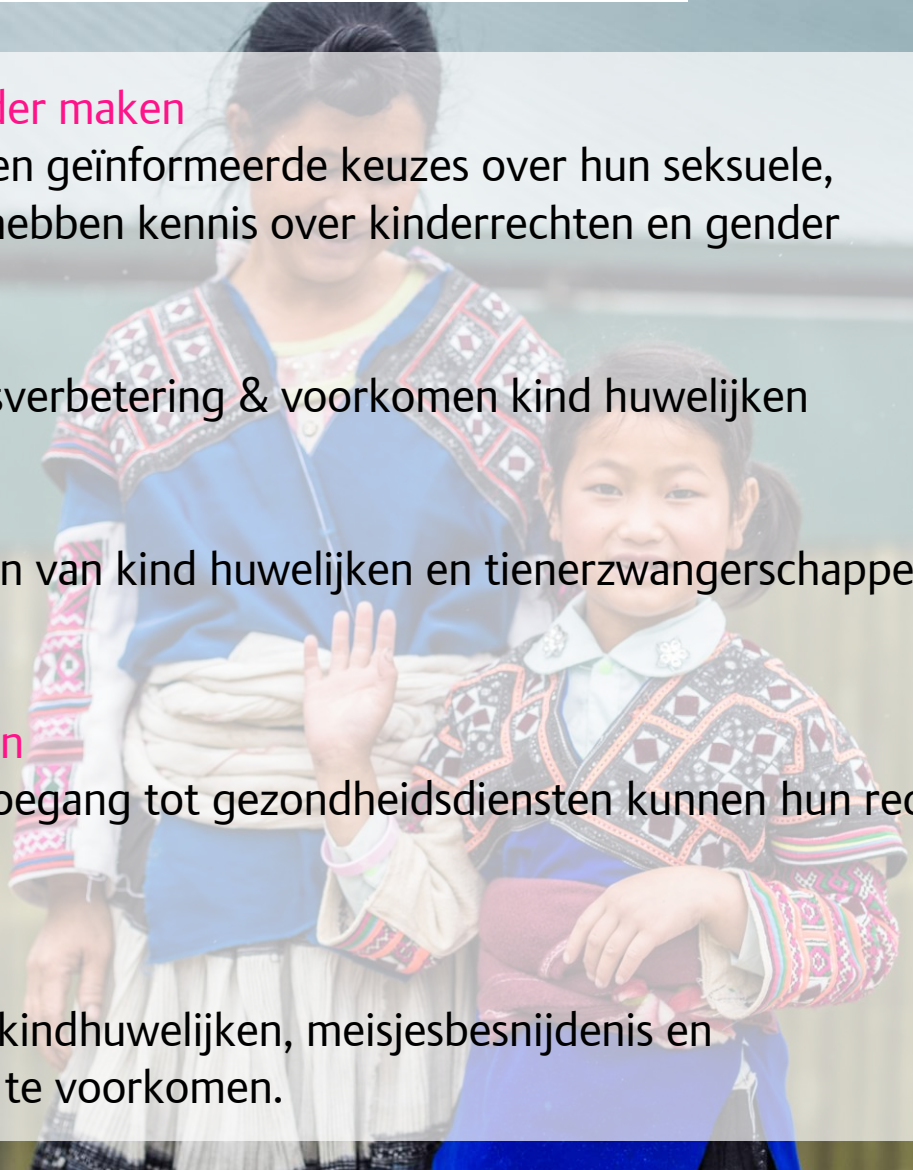
Veranderde attitudes bij, en het tegengaan van kind huwelijken en tienerzwangerschappen door de lokale bevolking en sleutelfiguren

Toegang tot gezondheid en in actie komen

Adolescente meisjes en jongens hebben toegang tot gezondheidsdiensten kunnen hun rechten claimen

Wetgeving en beleid beïnvloeden

Verbetering van wetgeving en beleid om kindhuwelijken, meisjesbesnijdenis en tienerzwangerschappen tegen te gaan en te voorkomen.



Project Cycle for Plan Vietnam

Ending Child Marriage

Plan International Noorwegen & Plan International Nederland

Wat:
Vermindering van en
bewustwording over (gevaar van)
kindhuwelijken

Hoe:

- Evenementen ter bewustwording
- Girls/Parenting clubs om onderwerp bespreekbaar te maken

Project Cycle for Plan Vietnam

Economic Independence & Empowerment of young women and girls

Plan International Nederland

Wat:

Belangrijkste oorzaak van kindhuwelijk (armoede) bestrijden door economische zelfstandigheid en empowerment te bevorderen van jonge vrouwen en families

Hoe:

- Girls/Parenting clubs over marketing, bedrijfskunde (agricultuur), budgetteren (ouder bijeenkomst)
- Beroepstrainingen aanbieden
- Bedrijven aanhaken voor samenwerkingen



KHUNG KẾ HOẠCH	
1. Các hoạt động	Chức năng, nhiệm vụ
2. Các kế hoạch sản xuất sản phẩm	Thời gian, địa điểm
3. Các kế hoạch văn hóa, văn nghệ	Thời gian, địa điểm
4. Các kế hoạch phát triển nhân lực	Thời gian, địa điểm
5. Các kế hoạch khác	Thời gian, địa điểm

Girls first



PAUZE



Communicatie & fondsenwerven

1. Wat doet Plan International
2. Jouw motivatie
3. Benaderen van de media
4. Fondsenwerven
5. Oefen een Pitch





Girls first

Plan International

Plan werkt aan duurzame armoedebestrijding en een beter leven voor kinderen in ontwikkelingslanden, met speciale aandacht voor gelijke rechten en kansen voor meisjes.

Door projecten op het gebied van:

- Bescherming tegen geweld
- Inkomen en voedselzekerheid
- Water en sanitatie
- Noodhulp



Jouw motivatie

Je motivatie om mee te doen is de basis. Het helpt bij:

- Fondsenwerving
- Social media
- Gesprekken over Cycle for Plan (jouw pitch)
- Jouw fondsenwervingspagina
- Flyers of ander materiaal
- Benaderen van media

Benaderen van media

Waarom?

- Genereert aandacht voor jouw fondsenwervende activiteit
- Jouw sponsors zien de actie in de krant
- Lokale bekendheid voor je deelname
- Herhaling van de boodschap

Benaderen van media

Media benaderen is makkelijker dan je denkt!

- Het persbericht is al geschreven en je vult 1 alinea in
- Lijst met email adressen van jouw lokale media opvragen
- Instructies hoe een bericht te versturen



Benaderen van media

Op www.cycleforplan.nl onder 'downloads' vind je:

- Q&A voor eigen gebruik
- Instructie hoe media te benaderen
- Invul-persbericht

Fondsenwerven



Girls first

Zet je netwerk in



Grote acties



Bedrijven



Alle kleine beetjes helpen



Fondsenwerven

Succesvolle acties oud-deelnemers:

- Benefietdiner gekoppeld aan een veiling
- Kerstkaartenverkoop
- Wijn/glühwein verkoop
- Jezelf een gekke challenge geven bij het streefbedrag
- Kerst/paasontbijt organiseren bijvoorbeeld op werk of sportclub
- Workshops organiseren (bootcamp, spinning in samenwerking met sportschool)
- Emballagebonnetjes bij de supermarkt
- Netwerk inzetten: vrienden, familie, scholen, social media kanalen



Pitch

Lichaamstaal: straal zelfvertrouwen uit

Authenticiteit: geloof zelf in je verhaal, je motivatie past bij jou

Emotie: jouw motivatie om mee te doen is persoonlijk

Interactie: reageer op de ander, steek niet een eenzijdig verhaal af



Girls first



Pitch

Zorg voor resultaat

- Durf te vragen
- Gerichte bedragen



Girls first



Pitch oefenen

1. Schrijf jouw persoonlijke motivatie op in 5 tot 7 zinnen. Het hoeft niet lang of ingewikkeld te zijn, maar moet bij jou passen en echt zijn.
2. Ga in tweetallen jullie pitch oefenen. Ieder pitcht 1,5 minuut.

"Waarom doe ik mee met Cycle for Plan en waarom moet je mij steunen?"

Prijslijst extra promotieartikelen

Promotieartikelen	Hoeveelheid	Prijs
Lintjes	100	€ 12,00,-
Stickers	100	€ 3,00,-
Kaarten	100	€ 5,00,-
Bidon	1	€ 2,50,-
Shirts	1	€ 8,95,-
Posters	5	€ 2,00,-

Girls first



PAUZE



Praktische zaken



Samenwerking



Girls first



Girls first

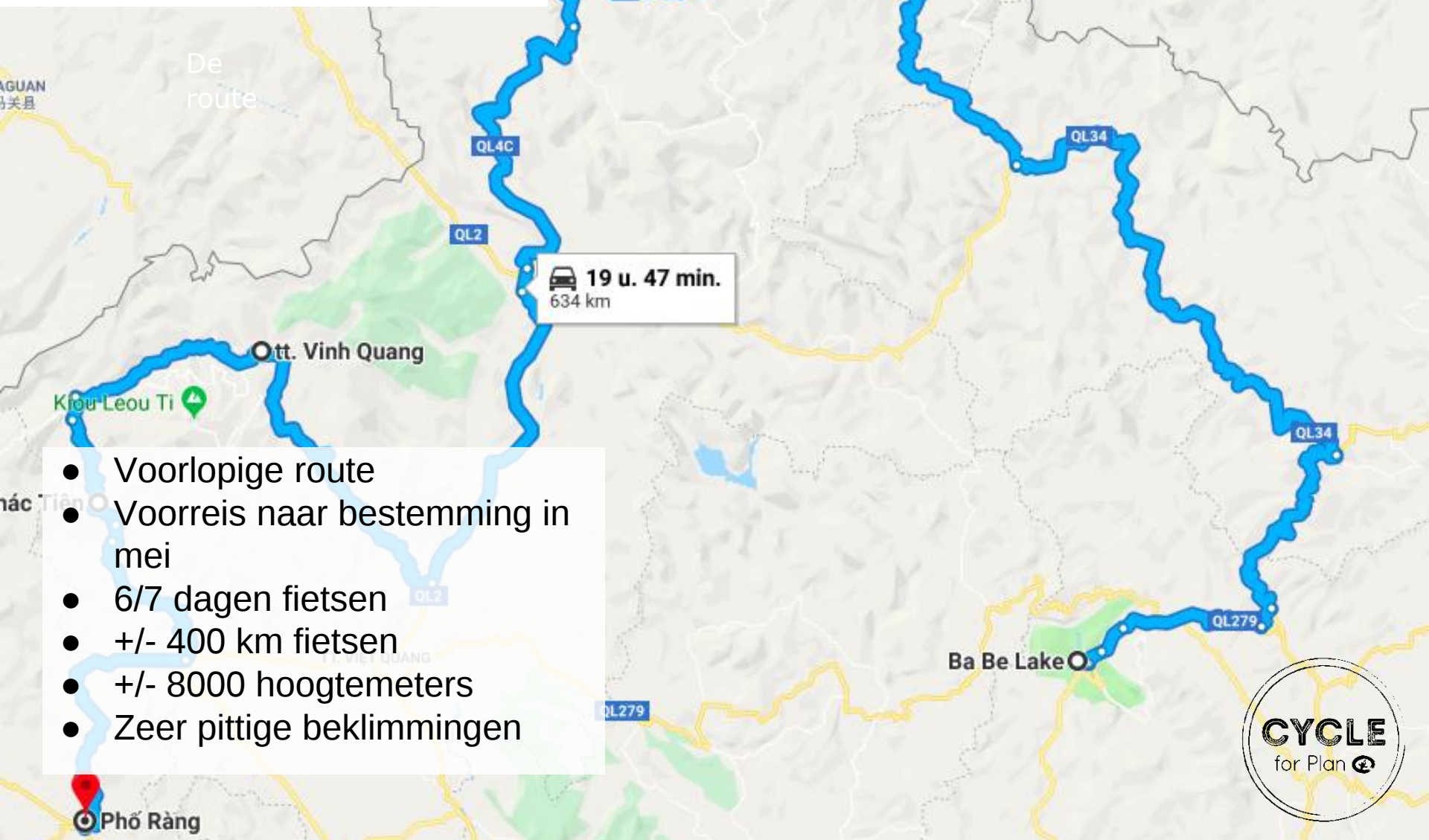


FOR ALL
REASONS

**SPICE
ROADS**
CYCLING



Route



- Voorlopige route
- Voorreis naar bestemming in mei
- 6/7 dagen fietsen
- +/- 400 km fietsen
- +/- 8000 hoogtemeters
- Zeer pittige beklimmingen

Wat kan je verwachten

- **Type wegen**
- Type fiets
- Afstanden
- Hoogtemeters
- Weersomstandigheden
- Eten
- Waterstops
- Begeleiding
- Cultuur/taal/gewoontes

- Grotendeels geasfalteerd
- Wegen in goede conditie
- Variërend (lange) klimmen en afdalingen



Wat kan je verwachten

- Type wegen
- **Type fiets**
- Afstanden
- Hoogtemeters
- Weersomstandigheden
- Eten
- Waterstops
- Begeleiding
- Cultuur/taal/gewoontes

- Voor iedere deelnemer is er een hybride mountainbike (verschillende framematen) aanwezig

Wat kan je verwachten

- Type wegen
- Type fiets
- **Afstanden**
- Hoogtemeters
- Weersomstandigheden
- Eten
- Waterstops
- Begeleiding
- Cultuur/taal/gewoontes

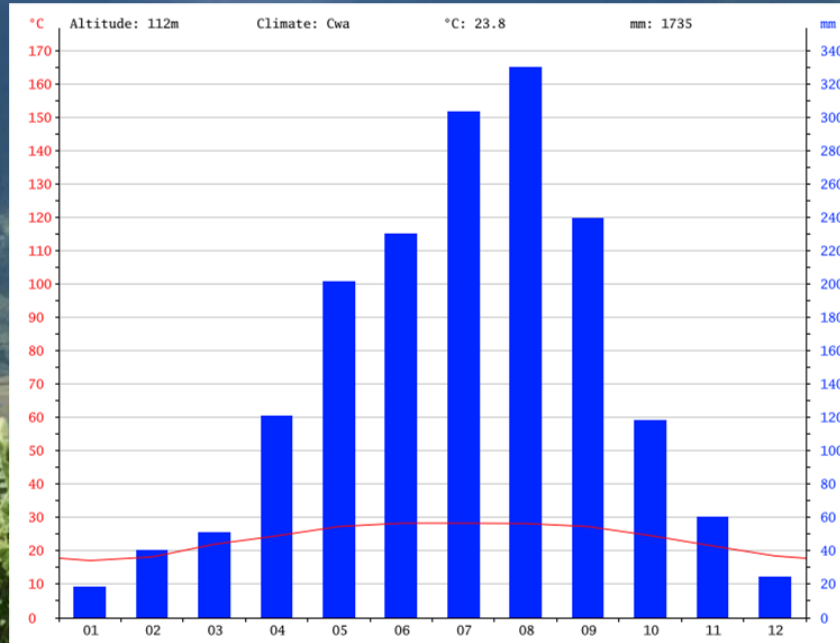
- +/- 400 kilometer

Wat kan je verwachten

- Type wegen
 - Type fiets
 - Afstanden
 - **Hoogtemeters**
 - Weersomstandigheden
 - Eten
 - Waterstops
 - Begeleiding
 - Cultuur/taal/gewoont
- +/- 8000 hoogtemeters

Wat kan je verwachten

- Type wegen
- Type fiets
- Afstanden
- Hoogtemeters
- **Weersomstandigheden**
- Eten
- Waterstops
- Begeleiding
- Cultuur/taal/gewoontes



- Overdag 20-25°C, avond 10-15°C
- Zonnig, kans op regen



Wat kan je verwachten

- Type wegen
- Type fiets
- Afstanden
- Hoogtemeters
- Weersomstandigheden
- **Eten**
- Waterstops
- Begeleiding
- Cultuur/taal/gewoontes

- Ontbijt + diner bij accommodatie
- Lunch onderweg
- Lokaal bereid
- Vers, Vietnamees eten
- Vegetarisch of andere dieetwensen mogelijk

Wat kan je verwachten

- Type wegen
 - Type fiets
 - Afstanden
 - Hoogtemeters
 - Weersomstandigheden
 - Eten
 - **Waterstops**
 - Begeleiding
 - Cultuur/taal/gewoontes
- Frequente waterstops
 - Snacks (koekjes, fruit)
 - Sportdrink/-repen niet inclusief

Wat kan je verwachten

- Type wegen
 - Type fiets
 - Afstanden
 - Hoogtemeters
 - Weersomstandigheden
 - Eten
 - Waterstops
 - **Begeleiding**
 - Cultuur/taal/gewoontes
- Spiceroads, Plan International & For All Reasons
 - Mecanicien mee
 - Nederlandse arts mee



Wat kan je verwachten

- Type wegen
 - Type fiets
 - Afstanden
 - Hoogtemeters
 - Weersomstandigheden
 - Eten
 - Waterstops
 - Begeleiding
 - **Cultuur/taal/gewoontes**
-
- Etnische minderheden
 - Veel kleine dorpen
 - Traditionele culturen/levensstijl
 - Kleurrijke markten
 - Vietnamees/lokale talen/Engels



Praktische voorbereiding

- Medische vragenlijst
- Inentingen – contact opnemen met GGD over:
- Visum – on arrival (letter of application) of van te voren een e-visum aanvragen.
- Paspoort – 6 maanden na terugkomst geldig
- Reisverzekering verplicht
- Verklaring omtrent gedrag (via Plan)
- Kopie van je paspoort



Fysieke voorbereiding

Fysiek zwaar en uitdagend (flinke bergpassen)

Trainingsschema

Gezamenlijke trainingen

- Fietsclinic 1: 14 april: Allround
- Fietsclinic 2: 23 juni: Klimmen
- Fietsclinic 3: 1 september: Pre-departure
- Fietsclinic 4: 15 september: Allround

Kosten clinic: €15

Kosten fietshuur: €15

Aanmelden via events op Facebook (For All Reasons)
annuleren tot 48 uur van tevoren via info@forallreasons.nl

Fietskleding

- Zorg voor goede fietskleding en train hiermee!
- Fietshelm = verplicht
- Cycle for Plan heeft i.s.m. Rogelli een webshop:
<http://plannederland.rogelli.com/>
- 1 wielrenshirt met korte mouwen inclusief de reis (levering juni)
- Paskleding / check je maat
- Extra bestellen kan via de webshop.
- Volgende besteldeadline is: 12 april 2019
- Laatste besteldeadline is: 1 augustus 2019



BEDANKT EN SUCCES!

