

De Voorburcht

*de* Fonteynenburger

"HIER KAN  
JE JEZELF ZIJN,  
JE HOORT ERBIJ"

De Voorburcht

# Wonen met begeleiding

*Fonteynenburg begeleidt mensen met een psychische kwetsbaarheid op weg naar zo zelfstandig mogelijk wonen, werken en leven midden in de samenleving in goed contact met anderen. Wij doen dat in de regio Haaglanden onder andere op onze locatie De Voorburcht aan de Scheltuslaan in Voorburg. In deze krant vertellen wij u graag meer over ons werk. We horen dan ook graag van u hoe wij positief kunnen bijdragen aan onze fijne buurt.*

## Stappen in herstel

Sinds vele jaren begeleidt Fonteynenburg 19 bewoners die op de Voorburcht wonen. Daarnaast begeleiden wij een aantal cliënten die zelfstandiger in de wijk wonen. Verdeeld over vijf groepen worden bewoners ondersteund bij het wonen, leven en werken door acht begeleiders. De samenstelling van de groep wisselt regelmatig, want zodra bewoners eraan toe zijn in hun

herstelproces gaan zij zelfstandiger wonen. Bijvoorbeeld in de wijk rond De Voorburcht, waar Fonteynenburg een aantal woonhuizen heeft. Daar wonen cliënten in een kleinere setting met meer eigen verantwoordelijkheden. Begeleiding door Fonteynenburg is onder handbereik. De bewoners werken vaak in de buurt. Zij doen daar bijvoorbeeld vrijwilligerswerk op een boerderij of gaan naar dagbesteding van

Fonteynenburg op de locatie zelf of in Rijswijk. Ook bieden wij groepstrainingen aan, gericht op de behoefte, leervensen en mogelijkheden van de bewoners.

## Cliënten van Fonteynenburg

Fonteynenburg begeleidt mensen met een psychische kwetsbaarheid die vaak, na goede begeleiding en behandeling door organisaties als Parnassia en Rivierduinen

na verloop van tijd weer zelfstandig kunnen meedraaien in de samenleving. Je kunt daarbij denken aan mensen met autisme, manische depressiviteit of een licht verstandelijke beperking in combinatie met doofheid of verslaving. Hoewel de aandoeningen verschillen hebben deze bewoners allemaal begeleiding op maat nodig om zo zelfstandig mogelijk te kunnen func-

tioneren. Bijvoorbeeld bij hun administratie, het organiseren van hun huishouden en het opbouwen van sociale contacten.

## Fijne buurt

Onze cliënten wonen graag op en rondom De Voorburcht. Het Loo is een fijne buurt met veel voorzieningen en bewoners die elkaar veel ruimte geven. Er zijn sportmogelijkheden vlakbij, een winkelcentrum: allemaal op loopafstand. Bewoners kunnen hier zichzelf zijn en actief deel uitmaken van de samenleving.

## Informatiebijeenkomst

We vertellen u, als buurtbewoner met veel plezier over ons werk. Ook horen wij graag van u wat we voor u en de buurt kunnen doen. Daarom nodigen wij u van harte uit voor een kijkje in de keuken bij Fonteynenburg. In het voorjaar organiseren wij een informatiebijeenkomst voor de buurt. Ervaringsdeskundigen vertellen dan hun persoonlijke herstelverhaal en u kunt met al uw vragen bij ons terecht. Onze deuren staan dan open en u ontvangt nog een uitnodiging.

Heeft u al eerder vragen of opmerkingen? Neem dan contact op met teamleider Iris Hanny, via [i.hanny@fonteynenburg.nl](mailto:i.hanny@fonteynenburg.nl).



Meer weten over De Voorburcht? Scan de QR-code

## Communitygericht werken

# De kracht van een goed netwerk

*Begeleiders van Fonteynenburg werken samen met bewoners aan de opbouw van een stevig netwerk dat hen verder helpt op weg naar herstel. Als je goede sociale contacten hebt zit je beter in je vel en sta je er niet alleen voor. Bewoners leren zo beter omgaan met hun aandoening en vallen minder snel terug.*

### Contacten opbouwen

Contacten met anderen zijn een belangrijk onderdeel in alle zeven leefgebieden waarop de begeleiding van bewoners zich afspeelt. We hebben het dan over onderwerpen als wonen, sociale relaties, leefstijl, vrije tijd, werken en leren, zingeving, financiën en administratie.

De contacten die we samen opbouwen zijn bijvoorbeeld met de burens, familie, vrienden en kennissen. Maar ook met collega's op je werk, behandelaren, sportmaatjes, de bakker waar je dagelijks komt en de buschauffeur die je regelmatig tegenkomt op weg naar je werk. Begeleiders

helpen de contacten tot stand te brengen. Hoe pak je het aan? Hoe onderhoud je je contacten en vooral ook hoe zorg je dat ze wederkerig worden? Zodat anderen ook iets aan jou hebben.

### Andere mensen ontmoeten

Een goed voorbeeld van contacten met anderen is de dagbesteding bij CJOE@Rijswijk, CJOE@Curtisslaan (Ypenburg) en CJOE@Beukenbos in Rijswijk. Daar

kunnen bewoners terecht voor houtbewerking en licht productiewerk. Ook gaan zij regelmatig naar dagbesteding van Reakt. Sommigen hebben werk in een winkel of bij de kinderboerderij, anderen gaan regelmatig naar het Wijkcentrum en ontmoeten daar andere mensen. Medewerkers van CJOE komen ook naar de woonlocatie toe om daar activiteiten met bewoners te ondernemen: CJOE Dichtbij.

### Vrijwilligers welkom

Regelmatig helpen vrijwilligers op de locatie, maar er is altijd ruimte voor nieuwe vrijwilligers. Bijvoorbeeld wijkbewoners die willen wandelen met bewoners, of gewoon een praatje maken bij een kopje koffie.

Als u hier meer over wilt weten kunt u contact opnemen met teamleider Iris: [i.hanny@fonteynenburg.nl](mailto:i.hanny@fonteynenburg.nl)

"BEGELEIDERS HELPEN CONTACTEN TOT STAND TE BRENGEN."

## 5 VRAGEN AAN... NICK

*Nick is 35 jaar en werkt sinds 2 jaar als ervaringsdeskundige bij Fonteynenburg. Hij volgde de speciale opleiding voor dit beroep bij Howie the Harp en heeft ervaring met verslaving, ontwrichting, eenzaamheidsgevoelens en depressiviteit. Nick woonde een tijdje als cliënt bij De Voorburcht en we stelden hem vijf vragen over zijn werk.*

### VRAAG 1

#### Welke rol speel jij in de begeleiding van cliënten?

Ik sta naast ze en biedt een luisterend oor. Ze voelen makkelijk aansluiting bij mij en voelen zich veilig om zich

kwetsbaar op te stellen en die kwetsbaarheid ook te delen.

Ze hoeven zich niet beter voor te doen dan ze zijn, want ik begrijp hen goed, vanuit mijn eigen ervaringen.

### VRAAG 2

#### Hoe kan jij begeleiders helpen in hun werk?

Ik ondersteun ze bij hulpvragen van cliënten waar ze zelf niet zo goed uitkomen op basis van mijn ervaringen.

Bijvoorbeeld als een cliënt die te kampen heeft met een verslaving zijn bed niet zo goed uit kan komen. Hoe pak je dat het beste aan? Ik weet uit eigen ervaring hoe ik in die tijd te motiveren was om toch op tijd op te staan.

### VRAAG 3

#### Kan jij, uit eigen ervaring, aangeven hoe belangrijk een goed netwerk is voor je herstel?

Een goed netwerk is vooral belangrijk om gevoelens van eenzaamheid aan te pakken. Ik kan cliënten bijvoorbeeld motiveren om naar zelfhulpgroepen te gaan, door de eerste keer mee te gaan. Naast de hulp die je daar krijgt doe je ook veel nieuwe contacten op, waar je ook voor de toekomst veel aan kan hebben.

### VRAAG 4

#### Welk werk doe jij bij CJOE?

Ik begeleid een aantal

hersteltrainingen voor groepen en soms ook een individuele training als er een specifieke vraag is van een cliënt.

### VRAAG 5

#### Welke rol speel jij in de contacten van bewoners met de buurt?

We krijgen steeds meer en beter contact met de buurt. De Voorburcht is er natuurlijk al een hele tijd en de buurt is eraan gewend dat we hier wonen en werken. We hebben echt het gevoel dat we erbij horen en voor onze bewoners is dat heel belangrijk.

Meer weten over Nick of onze mogelijkheden bij Fonteynenburg?



Scan de QR-code

**Bewoner aan het woord:**  
"Mijn omgeving is belangrijk."

## Kees Jan werkt aan zijn herstel

*Kees Jan is 57 jaar en woont sinds ruim een jaar bij De Voorburcht. Hij heeft het hier goed naar zijn zin en zit vol plannen.*

Kees Jan 'draait al 32 jaar mee' in de psychiatrie. Begin jaren negentig studeerde hij af bij de universiteit in Leiden. Daar schreef hij een theorie die weerstand opleverde bij zijn professoren. De psychische problemen die Kees opbouwde in de jaren daarna hebben daar veel mee te maken. Bij De Voorburcht heeft Kees Jan het goed naar zijn zin.

### Omgeving is belangrijk

De omgeving is erg belangrijk voor Kees Jan. "Ik heb een aantal vrienden, een moeder, een broer en een zus. Ik heb ook een heel grote familie in Zwitserland, van 22 man. Ik

wil daar volgend jaar graag heen. Mijn vriend Erik werkt ook heel goed mee aan mijn herstel. Hij neemt me mee naar Ajax en vaak maken we een ritje naar Noordwijk, dat is heel fijn. Mijn moeder heeft altijd voor mij klaargestaan, zelfs al deed ik de domste dingen. Zij bleef dan nog aan mijn kant. Als er één iemand is die bloemen verdient, is het mijn moeder." Ook de begeleiders spelen een grote rol in het leven van Kees Jan. "Dat je af en toe kan lachen, dat je kan dollen met elkaar en een geintje kan maken. Dat vind ik ook belangrijk en dat kan hier."

"GOEDE FEEDBACK  
HELPT ECHT."

### Leuk werk

Sinds een paar maanden werkt Kees Jan bij de kringloopwinkel in Rijswijk. "Ik doe daar vooral werk achter de computer. Soms kom ik er niet uit, maar het bevalt mij heel erg. Ik heb hiervoor 4 jaar op een kinderboerderij gewerkt en daar deed ik klusjes, zoals paarden- en varkensmest opruimen. Ik heb het wel met plezier gedaan hoor, die

mensen daar waren heel erg aardig, maar ik ben wel blij dat ik nu ergens anders werk."

### Herstel

Over het belangrijkste doel voor de komen periode hoeft Kees Jan niet lang na te denken. "Dat is natuurlijk herstel. Een begeleider kan daarbij helpen door bijvoorbeeld feedback te geven op mijn gedrag. Een

voorbeeld hiervan is dat ik aardig wat geld had gespaard en daar liep ik nogal mee te pronken. De begeleiders zeiden toen tegen mij dat ik dit niet moest doen, omdat niet iedereen het zo breed heeft en dat is heel goed. Ik heb ook heel veel treinreisplannen voor de toekomst. Ik wil graag naar Tsjechië, Italië, Zwitserland, Spanje en naar Amerika.



SCHELTUSLAAN  
EIGENAREN VAN "ARENDSBURGH"

"HERSTELLEN EN  
ONTWIKKELEN"

### Samenwerking

Fonteynenburg werkt intensief samen met verschillende professionals die bij het herstel van bewoners betrokken zijn. Bijvoorbeeld met Parnassia en Rivierduinen. Maar ook met schuldhulpverlening, als dat nodig is en woningcorporaties, zodra bewoners toe zijn aan een zelfstandige woning. We ondersteunen ook bij het zoeken naar werk

of dagbesteding. Dit laatste vinden bewoners ook bij CJOE.

Naast CJOE@Beukenbos zijn er mogelijkheden bij ketenpartners als Schroeder en Reakt, maar ook de Martini-fabriek in Rijswijk. Ook kunnen cliënten terecht voor dagbesteding bij andere CJOE-locaties en de inlooplocatie De Smeltkroes in de Muziekbuit in Rijswijk.

### Behandeling

Bewoners hebben regelmatig een afspraak waarin de stappen in het herstelplan doorgenomen worden. Ook als zij zelfstandiger wonen loopt de begeleiding vaak nog een tijdje door bij cliënten thuis, net zo lang als dat nodig is. Zo blijft ook het professionele netwerk voor de cliënt een vertrouwde basis waar hij of zij in het begin nog op terug kan vallen.

### Een leuke en nuttige daginvulling

Een goede daginvulling helpt bij een gelukkiger en gezonder leven. Dat kan bijvoorbeeld door werk of dagbesteding, zoals bij de kringloopwinkel of een distributiecentrum. Bewoners doen daarbij vaak waardevolle contacten op met collega's, studiegenoten en andere nieuwe mensen. En ook als je een opleiding

of training volgt, ontwikkel je jezelf. Bewoners kunnen bij ons terecht voor hersteltrainingen, zowel individueel als in groepsverband. Begeleiders wijzen de cliënt ook de weg bij het zoeken naar werk of een opleiding buiten Fonteynenburg, afhankelijk van de wensen en doelen van de cliënten. Meer over CJOE@Beukenbos leest u in het artikel op de achterzijde van deze krant.

**Een vertrouwd netwerk waar je op kan rekenen**

## Samen kom je verder dan alleen

*De begeleiding van bewoners bestaat voor een belangrijk deel uit samenwerking met anderen. Niet alleen het netwerk van bewoners is belangrijk, ook een goede relatie met andere organisaties.*

Het Beukenbos, een bijzondere plek

# Herstellen doe je samen

*Bij de CJOE-locaties van Fonteyenburg werken cliënten, samen met begeleiders aan hun herstel. CJOE biedt dagbesteding en training en is een belangrijk onderdeel in het herstelplan van cliënten. De bewoners van De Voorburcht gaan bijvoorbeeld naar CJOE@Beukenbos aan de Vliet in Rijswijk, CJOE@Curtisslaan in Ypenburg, of CJOE@Rijswijk aan de Huis te Landelaan. Er zijn ook bewoners die gebruik maken van de inloop bij De Smeltkroes in de Muziekburcht van Rijswijk*

Bij CJOE@Beukenbos kan iedereen aan de slag met onder andere productiewerk,

tuinieren, koken met eigen groente, houtbewerking, werken in het bos, yoga, andere



buitenactiviteiten. Deelnemers fabriceren onder begeleiding de leukste creaties van hout. Denk aan egelhuisjes, minibiëbs, plantenbakken en kastjes. Zo leren zij machines, gereedschap en materialen te gebruiken. Er is ook een kruidentuin om in te tuinieren. Elke dag zijn er verse eieren van de kippen uit de kippenren. In het omliggende bos gaan de deelnemers aan de slag met de verzorging van het bos. Takken rooien, houthakken en het aanleggen en bijhouden van de paden. Bij CJOE@Curtisslaan

kunnen cliënten terecht voor diverse activiteiten, zo'n 4 a 5 per dag. Steeds vaker vinden er ook activiteiten buiten de deur plaats. Bijvoorbeeld sporten bij een sportcentrum, ondersteuning bij een dierenasiel of helpen bij een kinderboerderij. Ook CJOE@Rijswijk heeft een gevarieerd aanbod. Zo is er elke ochtend een inloop waar cliënten en buurtbewoners elkaar ontmoeten, recreatieve activiteiten, trainingen en workshops om aan jezelf te werken. CJOE Dichtbij

biedt dagbesteding aan op de verschillende locatie van Fonteyenburg. Voor een aantal bewoners komen de participatiebegeleiders van CJOE naar De Voorburcht om daar activiteiten samen met hen te ondernemen. Daarvoor heeft De Voorburcht een speciale ruimte beschikbaar naast de locatie: 'Het Schuurtje'.



Meer informatie over CJOE? Scan de QR-code.

## Locatie De Voorburcht Beschermd wonen

Scheltuslaan 75  
voorburcht@fonteyenburg.nl  
T 070 - 3875173

## Locatie CJOE@Rijswijk Participatie & educatie

Huis te Landelaan 492  
CJOErijswijk@fonteyenburg.nl  
T 088 - 5050100

## Locatie CJOE@Curtisslaan Participatie & educatie

Curtisslaan 41  
CJOEcurtisslaan@fonteyenburg.nl  
T 06 - 30348193

## Locatie CJOE@Beukenbos Participatie & educatie

Jan Thijssenweg 6  
CJOEbeukenbos@fonteyenburg.nl  
T 06 - 86818952

**Fonteyenburg  
in de buurt**

**Aanmelden of vragen over aanmelden?**  
Bel dan met onze Zorgtoeleiding via 088 - 50 50 101, stuur een mail naar [zorgtoeleiding@fonteyenburg.nl](mailto:zorgtoeleiding@fonteyenburg.nl), vul het aanmeldformulier in op [www.fonteyenburg.nl](http://www.fonteyenburg.nl) of chat met Freddy op de website tijdens kantooruren.

**Fonteyenburg is altijd op zoek...**  
...naar enthousiaste herstelcoördinatoren, herstelbegeleiders en herstelondersteuners. Ook op ons Service Bureau zijn regelmatig leuke vacatures. Kijk voor ons aanbod op [www.fonteyenburg.nl](http://www.fonteyenburg.nl)

**Contact met Fonteyenburg**  
Papyruspad 1 • 2283 HG Rijswijk  
T 088 - 50 50 100 • [info@fonteyenburg.nl](mailto:info@fonteyenburg.nl)  
[www.fonteyenburg.nl](http://www.fonteyenburg.nl)  
of chat met Freddy op de website tijdens kantooruren

Volg Fonteyenburg ook via onze social media kanalen: YouTube, Facebook, Instagram, Twitter en LinkedIn

Scan de QR-code voor alle locaties en adressen

