

Curtisslaan | Ypendael | CJOE@Curtisslaan

de Fonteynenburger

**Ypendael en Curtisslaan**

Wonen met begeleiding

Fonteynenburg begeleidt mensen met een psychische kwetsbaarheid op weg naar zo zelfstandig mogelijk wonen, werken en leven middenin de samenleving in goed contact met anderen. Wij doen dat in de regio Haaglanden onder andere op onze locaties Ypendael aan de Laan van Hoornwijk en de Curtisslaan in Ypenburg. In deze krant en tijdens onze informatieavond vertellen wij u graag meer over ons werk. We horen dan ook graag van u hoe wij positief bijdragen aan onze fijne buurt.

Stappen in herstel

Sinds 2007 wonen 42 bewoners beschermd op Ypendael. Verdeeld over 6 groepen op drie verdiepingen worden bewoners begeleid door 20 tot 25 begeleiders. De samenstelling van de groep wisselt regelmatig, want zodra bewoners eraan toe zijn in hun herstelproces gaan zij zelfstandiger wonen. Bijvoorbeeld aan de overkant van de locatie aan de Curtisslaan. Daar woon je zelfstandig met begeleiding

door Fonteynenburg onder handbereik. Na zo'n twee jaar zijn de bewoners daar vaak weer toe aan een volgende stap: helemaal zelfstandig wonen. Precies tussen Ypendael en de Curtisslaan in vind je onze CJOE waar cliënten overdag en 's avonds terecht kunnen voor activiteiten en trainingen gericht op hun behoefte, leerwensen en mogelijkheden.

Cliënten van Fonteynenburg
Fonteynenburg begeleidt

mensen met een psychische kwetsbaarheid die vaak na goede begeleiding en behandeling door organisaties als Parnassia, Rivierduinen en Fivoor 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, een justitieel verleden of verslaving. Hoewel de

aandoeningen verschillen hebben deze bewoners allemaal begeleiding op maat nodig om zo zelfstandig mogelijk te kunnen wonen werken en leven. Bijvoorbeeld bij hun administratie, het organiseren van hun huishouden en het opbouwen van sociale contacten.

Fijne buurt

Onze cliënten wonen graag op Ypendael en aan de Curtisslaan. Het is een fijne buurt met veel voorzieningen

en bewoners die elkaar veel ruimte geven. Sportcentrum Piet Vink aan de overkant, het winkelcentrum om de hoek: allemaal op loopafstand. De tram met de halte voor de deur brengt bewoners in een mum van tijd naar het centrum, hun werk of elders. Zij kunnen hier zichzelf zijn en actief deel uitmaken van de samenleving.

Informatieavond

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. Wij organiseren binnenkort 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.

Heeft u nu al vragen of opmerkingen? Neem dan contact op met teamleider Marco van der Giessen via m.vandergiesen@fonteynenburg.nl



Scan de QR-code voor meer informatie.

Samen bouwen

De kracht van een goed netwerk

Begeleiders van Fonteynenburg werken samen met bewoners aan de opbouw van een stevig netwerk dat cliënten 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.

Piet Vink

Een goed voorbeeld van contacten met anderen is het wekelijkse sportuurtje dat CJOE@Curtisslaan organiseert bij Sportcentrum

Piet Vink, recht tegenover en naast de locaties Ypendael en Curtisslaan. Bewoners kunnen hier hun energie kwijt en komen in contact met de wijk. Er zijn plannen om ook andere activiteiten samen op te zetten. Bewoners genieten van het samen sporten.

Een schone buurt

Een andere activiteit die

Fonteynenburg organiseert zijn prikacties in de buurt. Een groep bewoners loopt regelmatig door de buurt met een prikstok om losse rommel van de straat op te ruimen. "Heel fijn om een bijdrage te kunnen leveren aan het schoonhouden van de wijk waar we wonen", zegt één van de deelnemers.

"CONTACTEN MET ANDEREN GEVEN JE ENERGIE!"

5 VRAGEN AAN... SHIRLEY

Shirley is 51 jaar en werkt ruim een jaar als ervaringsdeskundige bij Fonteynenburg. Zij volgde haar opleiding bij Howie the Harp, waar zij leerde om haar ervaringen professioneel als hoopverlener en bruggenbouwer in te zetten.

VRAAG 1 Welke rol speel jij in de begeleiding van cliënten?

Ik bied veiligheid, een luisterend oor en motiveer

bewoners om uit hun comfortzone te komen, zodat de bewoners meer zelfvertrouwen, zelfliefde en kracht ontwikkelen.

VRAAG 2 Hoe kan jij begeleiders helpen in hun werk?

Ik ga gewoon in gesprek met cliënten, luister naar hun verhaal en geef handvaten, vanuit mijn eigen ervaringen en kennis. Vaak helpt dat heel goed in de begeleiding van bewoners op weg naar hun herstel.

VRAAG 3 Kan jij, uit eigen ervaring, aangeven hoe belangrijk

een goed netwerk is voor je herstel?

Een goed netwerk is het allerbelangrijkste in je herstel. Zelf ben ik, na 25 jaar uit een relatie kunnen stappen waar narcistisch misbruik een hele grote rol speelde. Ik wist niet meer wie ik was en wat ik wilde. Met veel kracht en hulp, ook van mijn netwerk, ben ik geworden tot wie ik nu ben en kan ik anderen helpen met mijn ervaringen. Het is belangrijk dat je weet bij wie, wanneer en hoe je hulp kunt vragen als je het nodig hebt. Maar ook dat mensen uit het netwerk van bewoners weten hoe zij kunnen helpen en dat ze weten wat wel of juist niet helpend is. Daar kan ik een goede rol in spelen. Uit ervaring weet ik vaak wat goed werkt en wat niet.

VRAAG 4 Welk werk doe jij bij CJOE?

Ik begeleid diverse trainingen en workshops, zoals de training 'Eigen regie en Herstel' en de

Herstelwerkgroep, waarbij lotgenoten met elkaar in gesprek gaan. Ook begeleid ik groepsbijeenkomsten 'De weg naar zelfstandigheid'. Daar bespreken we met elkaar onderwerpen als financiën, hygiëne, koken en het huishouden. Allemaal gericht op zelfredzaamheid.

VRAAG 5 Welke rol speel jij in de contacten van bewoners met de buurt?

Vooral als we iets organiseren in de wijk, zoals laatst nog een thema speurtocht in de buurt. Maar ook ben ik, met ons hele team, betrokken bij de prikclub die gaat helpen de buurt schoon en opgeruimd te houden.

Meer weten over ervaringsdeskundigheid of onze mogelijkheden bij Fonteynenburg?



Scan de QR-code

**Clïent aan het woord: Cindy's
verhaal met een gedicht**

Herstellen doe je samen

Cindy is 28 jaar en woont al bijna twee jaar op Ypendael. Zij houdt van bordspellen, games, koken en bakken. Op creatief gebied is zij ook graag bezig. CJOE is daarom voor haar een fijne plek om naartoe te gaan.

"Het maakt niet uit hoe ik lichamelijk en/of mentaal gesteld ben, omdat er binnen het programma creatief gedacht wordt" zegt Cindy. "Ontspannen vind ik nogal lastig, maar ook daar werken we aan. Over een korte periode hoop ik een eigen woonplek te krijgen, waarbij ik CJOE dan graag gebruik als vangnet." Cindy verwoordt in een gedicht wat CJOE voor haar herstel betekent.

*Welke rol heeft CJOE in mijn herstel,
ook al zit ik soms in de knel.
Als ik weer eens niet kan komen,*

*door mijn ongrijpbare symptomen,
dan word ik gehaald zonder schromen.
Tekenen en schrijven op CJOE,
en allerlei andere dingen die ik daar doe.
Die helpen mij om de dag door te komen,
zodat ik mij meer op de toekomst kan klaarstomen.*

*CJOE helpt mij in het grenzen stellen,
om niet de verantwoordelijkheid te nemen bij de spellen.
Koken doen we hier,
niet enkel voor plezier,
of voor geklier,
daarna eten doen we samen hier.*

*Dit helpt mee in het behouden van sociale contacten,
welke gericht zijn op de krachten, niet op de zwakten.
Kijken de begeleiders gericht naar mij als persoon,
en niet naar het uiterlijk vertoon.
Als de Curtisslaan qua wonen*

*voor mij bereikbaar zou zijn,
dan woonde ik daar in mijn eigen domein.
Doordat dit niet mogelijk is,
zit ik qua herstel in het ongewis.*

Zelfstandiger ben ik dan de meeste bewoners op Yp,

*waardoor ik verder zou zijn in mijn herstel als ik gewoon liep.
CJOE is daarin een welkome noodzaak voor mij,
creativiteit in mogelijkheden helpt daarbij.*

"CJOE IS EEN
WELKOME NOODZAAK
VOOR MIJ"



"HERSTELLEN EN
ONTWIKKELEN"

Creatief bezig zijn geeft veel voldoening

Samen kom je verder dan alleen

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

Samenwerking

Fonteynenburg werkt intensief samen met verschillende professionals die bij het herstel van bewoners betrokken zijn. Bijvoorbeeld met Parnassia, Rivierduinen en Fivoor. 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@Curtisslaan.

Behandeling

Bewoners hebben regelmatig een afspraak met hun behandelaar waarin de stappen in het behandelplan doorgenomen worden. Goede afstemming daarover met de begeleider van Fonteynenburg

is belangrijk. We weten van elkaar de aandachtspunten, zodat bewoners zo goed mogelijk ondersteund worden. Ook als zij weer helemaal zelfstandig 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. 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 Fonteynenburg 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@Curtisslaan leest u op de achterzijde van deze krant.

Deelnemers stellen zelf het programma samen

Bij CJOE kan je jezelf zijn

Bij CJOE@Curtisslaan nemen bewoners en cliënten deel aan activiteiten en zij volgen er hersteltrainingen. Het programma van CJOE sluit aan op de behoefte van de deelnemers. Zij kunnen er terecht voor 4 à 5 activiteiten per dag en de laatste tijd zijn er ook steeds meer activiteiten buiten de deur. Bijvoorbeeld sporten bij een sportcentrum, ondersteuning bij een dierenasiel en helpen op een kinderboerderij.

“Dat spreekt erg aan bij de deelnemers”, zegt participatiecoördinator Cheyenne Blom.

“We willen ook meer dingen voor de buurt gaan doen, bijvoorbeeld papier en rommel opruimen

en ondersteunen bij buurtfeesten. We zijn trouwens altijd op zoek naar vrijwilligers die ons willen helpen bij het versterken van het netwerk rond de cliënt. Iedereen die eens een kijkje bij ons wil nemen is

van harte welkom! Op elke dinsdagochtend tussen 10 en 12 openen we onze deuren op de Curtisslaan nummer 41 voor buurtbewoners. De koffie staat dan klaar en wat lekkers erbij natuurlijk ook. Kom een keer kijken!”

Meer informatie over CJOE@Curtisslaan lees je hier:



Locatie Ypendael Beschermd wonen

Laan van Hoornwijck 196
teamypendael1@fonteyenburg.nl
T 070- 4134800

Locatie Curtisslaan Beschermd thuis

Curtisslaan 41
teamcurtisslaan@fonteyenburg.nl
T 06-48940289

CJOE@Curtisslaan Participatie

Curtisslaan 41
CJOEcurtisslaan@fonteyenburg.nl
T 06-30348193

FONTEYNENBURG 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, vul het aanmeldformulier in op 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

Contact met Fonteyenburg

Papyruspad 1 • 2283 HG Rijswijk
T 088 - 50 50 100 • info@fonteyenburg.nl
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



fonteyenburg
MOGELIJKHEDEN WAARMAKEN!