KrachtVoer

Lancering KernKracht 1 juni jl.

Juli-Augustus 2017

Op 1 juni was het eindelijk zover, de naam ZOG MH vertrok en er werd een nieuwe naam gelanceerd!
Drie wethouders uit de regio: Lavinja Sleeuwenhoek (Krimpenerwaard) Daan de Haas (Zuidplas) en Corinne Dijkstra (Gouda) trokken het kleed van de plaat waar het nieuwe logo op te zien was: stichting KernKracht.
Daarvoor hadden vier ervaringsdeskundigen kort één van de vier nieuwe kernwaarden toegelicht met hun eigen ervaring bij de stichting.
We hebben veel positieve reacties gehad over de naam die overigens met bestuur, werknemers en ervaringsdeskundigen is bedacht!
KernKracht staat voor de mens, de kern en de kracht die iedereen heeft, waarvan we uitgaan.

De middag was druk en gezellig en het weer was fantastisch...het plaatje klopte. In de avond hebben we het feestje nog voortgezet met een disco en een kampvuurtje.

Met een nieuwe naam hebben we in de avond ook een ronde gehouden voor een nieuwe naam voor de cliëntenkrant. Het is **KrachtVoer** geworden.

In dit nummer

Lancering KernKracht 1juni jl..	1
KernKracht Actueel	2
Nieuws van het STIP	2
Column Maurits 'het ExpEx weekend'	3
Start nieuwe cursus: Ervaringsdeskundige Voorlichter	4
ExpEx in de spotlights	4
Foto's lancering nieuwe naam: Stichting KernKracht	5
Project ID College en Promen	6
Afscheid bestuur Wies van den Nieuwendijk	7
Interculturalisatie project: Ramadan	7
Dorpstraat braderie Waddinxveen	8
Opvang personen met verward gedrag	8
Even Voorstellen: Straatadvocaten jongeren	9
Medezeggenschap bij de Adviesraad Gemeente Zuidplas	10
Onderzoek SCP over cliëntinspraak bij de Wmo	10
Project Herstel & Participatie	11
Adressen en Meetings	12

Voor meer informatie:

Stichting KernKracht

Tielweg 3
2803 PK Gouda

T 0182-519060

E cliëntenkrant@kernkracht.nl

www.kernkracht.nl

@kernkracht_

KernKracht

kernkracht

Wilt u uw mening geven over de inhoud van deze krant, heeft u kopij voor de volgende cliëntenkrant of wilt u de krant per e-mail ontvangen?

Neem dan contact met ons op.

KernKracht Actueel

Wat een mooie lancering hebben we gehad op 1 juni! Wat een hectiek om een naam te veranderen , maar het is gelukt! Wij zijn heel blij met alle positieve reacties die we hebben gekregen en kijken terug op een mooi feest!
De inhoud van onze organisatie verandert niet, we blijven doen wat we doen maar proberen ons daar wel telkens in te verbeteren.
We hebben daarom nieuwe kernwaarden opgesteld:
∞ (H)erkenning vanuit betrokkenheid en gelijkwaardigheid
∞ Hoop en perspectief bieden vanuit mogelijkheden en kansen
∞ Eigenwijze beleidsbeïnvloeding met lef en passie
∞ Aansluiten bij eigen koers en kracht
We hopen met de nieuwe naam en nieuw ingezette koers weer mooie projecten te realiseren voor de regio. Als eerste zijn we in juni gestart met de **straatadvocaat jongeren** (Joost en Sara), ik ben heel trots en blij dat het eindelijk gelukt is om ook voor (zwerf)jongeren een Straatadvocaat te realiseren met dank aan de subsidie van de gemeenten. Daarnaast gaan we vanuit eigen reservemiddelen een projectleider **Herstelcollege** aanstellen voor 8 uur per week. Iedere regiogemeente krijgt een eigen dependance en we willen natuurlijk één groot regionaal Herstelcollege! In de volgende Krachtvoer leest u hier meer over. Ook gaan we middelen proberen te vinden voor een **Herstelhotel** voor mantelzorgers en voor cliënten. Zoals jullie lezen weer plannen en ideeën genoeg om met kracht door te gaan!

Voor nu wenst het hele team van KernKracht u een fijne zomer(vakantie).

We zijn de hele zomer bereikbaar en open dus kom gerust langs op de Tielweg of bij één van de spreek-uur locaties.

Krachtgroet, Petra van Buren, directeur

Onafhankelijke Cliëntondersteuning (STIP)

Jullie zijn mijn naam al eerder tegengekomen bij de projecten EQUIL (Europees samenwerkingsproject), Stigma en Media en het Maatjesproject. Ik ben heel blij om te kunnen vertellen dat ik per 1 juni voor 32 uur werk bij Stichting KernKracht. Naast het Maatjesproject ben ik dan ook werkzaam als Onafhankelijk cliëntondersteuner Wmo/Wlz.

Ik woon zelf in Krimpen aan den IJssel en ik heb een dochter van 11 jaar. Hiervoor ben ik werkzaam geweest bij een regionale cliëntenorganisatie in Rotterdam waar ik voornamelijk trainingen heb ontwikkeld en gegeven op het gebied van ervaringsdeskundigheid. Onafhankelijke cliëntondersteuning vind ik heel belangrijk omdat samen met de ander naar een zo goed mogelijke oplossing gezocht wordt waarbij de eigen regie centraal staat. Zelf heb ik jaren geleden met een depressie geworsteld en ervaren hoe lastig het was de hulp te vinden die bij mij paste. Juist dan is het belangrijk om voor jezelf op te kunnen komen terwijl dat heel lastig is als je op dat moment psychisch kwetsbaar bent. Iemand die naast je staat, met je meedenkt en de regie bij jou laat, kan dan heel helpend zijn.

Ik ben dan ook heel enthousiast met mijn nieuwe functie begonnen en ik hoop een klein steentje bij te kunnen dragen in het vergroten van het perspectief voor mensen met psychische kwetsbaarheid.
Met vriendelijke groet,
Astrid van Bruggen

Column Maurits - Het ExpEx Weekend

Toen ik 3,5 jaar geleden gebeld werd door Bureau Jeugdzorg om mee te doen aan een project voor ervaringsdeskundigheid, had ik nooit gedacht dat ik hier zou staan.
Op een weekend weg met een deel van de meer dan 100 ExpEx uit Gelderland, Zuid-Holland en Noord-Holland.

Met Ravi en Miko startte ik ooit dit ExpEx weekend en ze waren er natuurlijk weer. Miko startte het weekend als een ware verbinder met zijn vuurceremonie waar iedereen ruimte en aandacht kreeg, zodat we open en met respect aan het weekend konden beginnen.
Ravi stond 4 jaar geleden aan de start van ExpEx en zat in de eerste groep die ik training gaf. Hij zei dit weekend: 'Weet je, eerst was ik de grootste homofoob van de Schilderswijk, nu vertel ik iedereen met trots over mijn vriend die homo is.'

Ik ontmoette ook mensen die ik nog niet kende uit andere groepen uit het land. Maar dat maakte geen enkel verschil. Iemand die het spannend vond om nieuwe mensen te ontmoeten zei: "Ik weet gewoon dat jullie een gevulde rugzak hebben, ik ook. En we hebben er allemaal in de training goed mee leren omgaan."
Bij het kampvuur deelden we onze ervaringen. Een jonge ExpEx kreeg tranen in haar ogen en zei: "Ook al ken ik de meeste mensen van jullie nu pas, ik heb me nog nooit zo veilig gevoeld." En een andere jongen gaf me een knuffel en zei: "Ik weet dat ik altijd bij jou terecht zou kunnen, en jij kunt altijd bij mij terecht."

Eén van de thema's waar we ons voor inzetten is de overgang van 18- naar 18+ en de nazorg.
Dit weekend besefte ik nog meer dan voorheen: eigenlijk zijn we dat voor elkaar.
Zo zorg ik altijd graag voor anderen, waardoor ik mezelf kan vergeten. Maar hier zegt bijvoorbeeld Nicky: "Maurits chill even, je kunt het loslaten." Mede omdat ze het verantwoordelijkheidsgevoel herkent bij zichzelf. Dat loslaten kon ik nu doordat 'hoofd weekend' Thomas zich samen met een club van 8 toppers keihard heeft ingezet voor de organisatie van dit weekend.

Bij het kampvuur deelden we ook wie onze held is, en ik verwachtte antwoorden als Nelson Mandela. Maar onze nieuwe website-beheerder Rens zei: "Als ik iemand moet kiezen kies ik Maurits, want hij is zo'n inspiratie voor ons hier. Maar het was lastig kiezen, want iedereen is hier een held en goed bezig."
Daar sluit ik me helemaal bij aan! Iedereen die bij dit weekend was heeft ook hier weer op eigen manier bijgedragen aan de goede sfeer en een verbindend samenzijn. Een gevoel dat de meeste van ons uit hun jeugd niet kennen. Niet voor niets noem ik het dan ook de ExpEx family. Bedankt dat jullie in mijn leven zijn. Bedankt dat jullie jullie zijn.

Groetjes, Maurits Boote, trainer ExpEx KernKracht

Start nieuwe cursus in september: Ervaringsdeskundige Voorlichter & ExpEx

Voor onze voorlichtingsactiviteiten en adviesfunctie zijn wij op zoek naar volwassenen en jongeren (t/m ± 27 jaar) met persoonlijke ervaring op het gebied van psychische kwetsbaarheid, verslaving of maatschappelijke opvang. We zoeken mensen die ervaring hebben met bijvoorbeeld dakloosheid, verslaving, persoonlijkheidsstoornis, eetstoornis, zelfbeschadiging of jeugdhulp en/of jeugd GGZ. Mensen die goed in hun herstelproces zitten, weten wat wel en niet werkt in hun herstel en die hun (herstel) ervaring willen leren delen en inzetten.

Hoe je dat kunt doen leer je tijdens de training: Werken Met Eigen Ervaring tot "Ervaringsdeskundig Voorlichter" die stichting KernKracht in het najaar van 2017 weer organiseert. De training bestaat uit een algemeen basisdeel en een vervolgdeel om voorlichter te worden. Mensen die belangstelling hebben om als vrijwillige ervaringsdeskundige voorlichter bij KernKracht aan de slag te gaan zijn van harte welkom!

We zoeken mensen die woonachtig zijn in de gemeenten Waddinxveen, Zuidplas, Bodegraven-Reeuwijk, of Krimpenerwaard.

De cursus bestaat uit 12 of 13 lessen die wekelijks worden gegeven. We willen graag starten in het najaar. De exacte startdatum en locatie zijn nog niet bekend.
De kennismakingsgesprekken worden gevoerd in juli. Dus als je interesse hebt, mail dan voor de cursus WMEE meteen even naar Dora Wempe dwempe@kernkracht.nl, of
voor de ExpEx training met Violette Kieft vkieft@kernkracht.nl.

Bekijk ook onze websites: www.kernkracht.nl en www.expex.nl

ExpEx in de spotlights

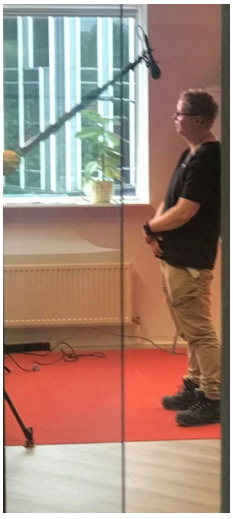
In samenwerking met JSO is er een korte film gemaakt over ExpEx die laten zien wat de meerwaarde is van het inzetten van ExpEx. In de film zie je hoe er training wordt gegeven en zijn de cursisten zelf aan het woord.

Op donderdag 18 mei stonden diverse ExpEx in de spotlights.

Op 29 juni was de film te zien op het proeftuinenfestival in Spijkenisse.

De proeftuin is afgerond en de ExpEx blijven actief en worden nog steeds voor diverse klussen ingezet. Er wordt gezocht naar financiële borging zodat project ExpEx binnen Midden-Holland voort kan blijven bestaan en zich verder kan ontwikkelen.

Benieuwd naar het eindresultaat? Volg ons op facebook: ExpEx Midden-Holland



Foto's lancering nieuwe naam: stichting KernKracht

Stichting KernKracht is een belangenorganisatie ter bevordering van psychische, sociale en maatschappelijke gezondheid

Project ID college en Promen

De ervaringsdeskundige voorlichters van Stichting KernKracht hebben de afgelopen tijd weer op diverse plaatsen voorlichting gegeven. Waaronder op drie verschillende locaties van het ID college. In Gouda waren enkele voorlichtingen onderdeel van de projectweek van de school. Bijzonder was ook het project van ID College Gouda en Promen. Waarover hieronder een verslag van Daaf.

Joost, Bart en ondergetekende, ervaringsdeskundigen van stichting Kernkracht (toen nog ZOG MH) hebben sinds september 2016 hun ervaringen met psychische kwetsbaarheid in relatie tot werk gedeeld tijdens een training van het Goudse ID college aan leidinggevenden van Promen. Promen is een bedrijf dat werkzaam is op het gebied van sociale werkvoorziening en re-integratie. Inmiddels is het project van het ID-college bij Promen afgelopen. Dus ook ons aandeel hierin. Dat is altijd weer jammer. Niet omdat de ervaringen niet hun weg gevonden hebben, maar omdat werkers van de sociale werkvoorziening zo divers zijn, zoals mensen dat overal zijn. Het zou dan fijn zijn om vaker de leidinggevende te kunnen ondersteunen vanuit onze eigen ervaringen met werk. Wij hebben informatie achtergelaten dus hopen dat zij ons weten te vinden als het nodig is.
Zelf vond ik het erg leuk om te doen omdat het zo raakte aan mijn werkzame leven waarin ik mensen met een psychische kwetsbaarheid naar (vrijwilligers) werk mocht bemiddelen. In die periode kwam ik zowel in Woerden als in Alphen aan den Rijn veel in contact met leidinggevenden van de Sociale Werkvoorziening. Een deel van mijn cliënten had hier een baan of liepen hier stage. Beide plekken werden mijn 2e huis. Dit mede door de openheid van een aantal leidinggevenden. Wat mogelijk maakte dat ik zo binnen kon lopen om te kijken hoe het ging met iemand. Omgekeerd kon een leidinggevende mij makkelijk met dagelijkse vragen benaderen. Het heeft regelmatig escalaties voorkomen. Onbegrip zit in een klein hoekje en een bedrijf kent zijn eigen mechanismen. Lopend door de lange gang met aan de zijkanten de werkruimten, op weg naar de trainingsruimte, kon ik daarover nog wel eens mijmeren. Belangrijker dan mijn gemijmer is dat de openheid en de interesse bij de leidinggevenden groot was. Ik herinner mij een indrukwekkend delen van een ervaring door een van de deelnemers. Hierdoor werd duidelijk dat psychische kwetsbaarheid niet alleen hun werkers raakt maar ook directe omgevingen van leidinggevenden. Dat brengt evenwicht en gelijkwaardigheid in het verhaal.

Door docenten van het ID-College zijn tijdens deze training, van drie dagdelen, nog allerlei ziektebeelden behandeld zoals depressie, manisch-depressiviteit, borderline, ADHD en autisme. Met ook hier de focus op wat het betekent voor iemand met deze aandoening als hij aan het werk is.

Op deze manier hebben wij een kleine bijdrage mogen leveren aan de werkomstandigheden van de werknemers bij Promen.

Zelf heb ik het als een uitdagende opdracht ervaren. Sinds ik voorlichter ben heb ik verschillende keren mijn verhaal over mijn psychische kwetsbaarheid en de daarbij behorende diagnoses verteld aan aankomend beroepskrachten. Dit was de eerste keer dat ik vanuit mijn ervaringsdeskundigheid mijn verhaal vertelde over mijn eigen ervaringen met psychische kwetsbaarheid en werk terwijl ik in die tijd ook nog als trajectbegeleider aan het werk was. Uiteindelijk dubbel mooi!

Met vriendelijke groet, Daaf Schild

‘Afscheid’ Wies van den Nieuwendijk

Na 12 jaar betrokken te zijn geweest heeft Wies van den Nieuwendijk afscheid genomen van het Bestuur van KernKracht. Wies is bijna vanaf het begin bestuurslid geweest en heeft dus aan de wieg gestaan van de doorontwikkeling van de stichting
Op 6 juli jl. hebben we tijdens de zomer’borrel’ uitgebreid stilgestaan bij de inzet van Wies in de afgelopen jaren.
We kennen Wies als een krachtige, gepassioneerde vrouw met veel betrokkenheid en kennis vanuit het familieperspectief. Ze heeft jarenlang haar kennis en tijd ingezet voor de doelstellingen van de stichting.

We zijn Wies zeer dankbaar voor alles wat zij gedaan heeft voor de ZOG MH / KernKracht en nemen gelukkig nog niet helemaal afscheid. Ze blijft actief als vrijwilliger in het radenoverleg en is inzetbaar voor het familiespreekuur.

We wensen Wies veel succes met al haar bezigheden, vooral ook voor de landelijke stichting Ypsilon waar ze ook zitting heeft in het bestuur. We hopen dat ze ook wat meer van haar vrije tijd zal gaan genieten, dat verdient ze!
Het ga je goed Wies!

Ramadan

Zaterdag 27 mei is de ramadan, de vastenmaand van de moslims, van start gegaan.
De vastenmaand duurde tot 25 juni. Tijdens de ramadan mogen volwassen moslims tussen zonsopgang en zonsondergang niet eten, drinken, roken of seksuele omgang hebben.

Met het vasten leer je zelfbeheersing, discipline en een goed uithoudingsvermogen. Sommige moslims zien de ramadan ook als een sociale bezigheid waarbij ze tijdens het Suikerfeest, gezamenlijk bijeenkomen om het religieuze feest af te sluiten.

Volgens verschillende studies en onderzoeken, heeft vasten veel fysieke voordelen bij bijvoorbeeld; allergieën, spijsverteringsstoornissen, hart- en vaatziekten en astma.

Naast de fysieke voordelen, zijn er ook veel mentale en emotionele voordelen van vasten; je mentale helderheid en je concentratievermogen worden beter, je wordt rustiger, helderder en gelukkiger.

Maar vasten is niet voor iedereen gezond. Daarom wordt er een uitzondering gemaakt voor zwangere vrouwen, mensen die herstellen van een ziekte of chronische ziek zijn en anderen voor wie het vasten een bedreiging vormt voor de gezondheid. Voor degene die het vasten niet kunnen verdragen, moet er voor iedere dag die hij niet gevast heeft een maaltijd aan arme mensen gegeven worden.
Wilt u meer informatie over de Ramadan dan kunt u contact opnemen met Nouraddin Elouhabi.

Hij heeft een speciaal spreekuur voor mensen met een andere culturele achtergrond:

Gouda: Tielweg 3

Donderdag: 10.00-12.00 uur

T 0182-519060
E nouraddin@kernkracht.nl

Krimpenerwaard, Schoonhoven, Oranjeplaats 45B

1e woensdag van de maand 13.00-16.30 uur

Kernkracht op Dorpstraatbraderie Waddinxveen

Op zaterdag 10 juni was KernKracht aanwezig op de Dorpstraatbraderie in Waddinxveen. Met gepaste trots was dit het eerste publieke optreden onder de vlag van de nieuwe naam, geen ZOG MH meer maar stichting KernKracht. Een groot aantal ervaringsdeskundigen ging in gesprek met het publiek. Over stigma, over het hebben van een diagnose, over de herstelgroep in Waddinxveen en nog veel meer. Marktbezoekers die ervaring hebben met psychische problematiek, zelf of in de directe omgeving, wisselden graag van gedachten met de mensen van KernKracht. Er kwamen ook praktische vragen van bezoekers die in hun leven vastlopen in de regelgeving. Deze werden gewezen op de mogelijkheid om onafhankelijke Cliëntondersteuning (OCO) te krijgen bij het STIP (Steun en Informatie Punt). Ook met organisaties uit de zorgsector en uit de politieke sector werd in het voorbijgaan gesproken. Met wethouder mevrouw Nieboer was een kort praatje mogelijk. Ludiek waren de "knapzakken" die de ervaringsdeskundigen met zich mee droegen. De knapzak stond voor hun ervaring met het hebben van bijvoorbeeld verslaving, depressie, autisme of andere kwetsbaarheden. Voorbijgangers konden dan een kijkje nemen in de knapzak. Wat draag je dan allemaal met je mee aan vooroordelen die mensen over jou hebben. En wat heb je dan eigenlijk precies? Veel marktgangers vonden het fijn om hierover eens in gesprek te gaan. Bij anderen was het taboe rondom psychische problematiek toch nog behoorlijk groot en lastig bespreekbaar. Reden te meer om vaker dit soort evenementen bij te wonen en het bespreekbaar te maken.
Wilt u ons eens te gast op een evenement? Mail gerust naar dwempe@kernkracht.nl.

Opvang personen met verward gedrag

Bijeenkomst: Op 1 juni bruiste het op de Tielweg van de voorbereidingen voor de lancering van de nieuwe naam. Toch waren nog drie ervaringsdeskundigen bereid om aan te schuiven en mee te denken bij het overleg over de opvang van personen met verward gedrag. Dit ging over één van de acht bouwstenen die zijn bedacht door het aanjaagteam en zijn overgedragen aan het schakelteam. Deze bouwsteen gaat over de opvang nadat de personen met verward gedrag in crisis zijn en de zorg opzoeken, hoe dan verder? Tijdens de bijeenkomst werd in het kort de voortgang besproken in verband met de overgang naar een nieuwe opzet. Er is al veel opgezet maar zoals verwacht kan worden, is dit behoorlijk theoretisch. In de praktijk zijn er nog wat haken en ogen, zoals wie de verantwoording heeft bij overdracht, hoe draag je over en wat als patiënt niet meewerkt, hoe gaat het met vervoer, etcetera. Sommige van deze zaken zijn deels al geregeld maar er zijn nog wat 'witte vlekken'. Opvallend was ook dat er veel gevraagd werd, door verschillende personen, om de terugkeer van een Bed, Stoel of Telefoon op recept.

Opening Psychiatrische Eerste Hulp

Op 13 juni jl. is in Leiden de Psychiatrische Eerste Hulp(PEH) voor personen met verward gedrag officieel geopend. KernKracht heeft zich hard gemaakt voor een passende naam en had liever Eerste Hulp Bij Crisis (EHBC) gezien zoals we jarengeleden op de Thijsselaan in Gouda hebben ontwikkeld. De PEH is ingericht bij de locatie van GGZ Rivierduinen aan de Sandifortdreef 19 Leiden(achter CS). De PEH is 24/7 per week beschikbaar. Het gaat hier om situaties waarbij de politie is ingeschakeld omdat personen thuis of ergens anders door verward gedrag voor onrust zorgen of omdat ze hierdoor een gevaar vormen voor zichzelf en/of omgeving. Gedurende het maximaal 6 uur durende verblijf word de aard en de urgentie van de hulpvraag onderzocht. Vooralsnog verzorgt de politie het vervoer naar de locatie.
Kernkracht is betrokken bij de werkgroepen van de bouwstenen en de regionale werkgroep Holland-Midden in samenwerking met collega organisatie stichting ZON (Zuid-Holland-Zuid).

Even voorstellen: Joost Buijtendorp en Sara Neels Straatadvocaten jongeren Midden-Holland

Wie zijn we?

Ik ben Sara Neels, 26 jaar, groot liefhebber van broodjes kaas, piano spelen en katten.
Als ex-jeugdzorgjongere en ex-zwerfjongere heb ik ervaren hoe de zorg voor jongeren werkt en helaas vaak ook niet werkt. Daar wilde ik graag wat in betekenen, dus ben ik gaan werken in verschillende crisisopvangcentra voor dak- en thuisloze jongeren en later als ambulant begeleider.
De jongere is de expert van zijn eigen leven en met die insteek denk ik graag met hen mee in zaken waar zij ondersteuning bij willen, advies over willen of gewoon hun hart over willen luchten. Ik zie er naar uit om als straatadvocaat jongeren deze jongeren een stem te mogen geven!

... en ik ben Joost Buijtendorp, ook met veel ervaring van de straat omdat ik drie jaar op straat heb geleefd. Maar daar ook goed van teruggekomen, een taaie leerschool. Ik kook graag, houd van het buitenleven en woon sinds maart samen met mijn lieve vriendin Vera. Vroeger heb ik in de zorg gewerkt en zet mij nu al jaren in via stichting Kernkracht (voorheen ZOG MH) om de dingen in zorgland een beetje beter te krijgen. Ik ben ervaringsdeskundige. Minder regels en meer eigen regie zijn daarbij mijn uitgangspunt en om andere mensen daarbij te kunnen ondersteunen ben ik blij dat ik me nu als straatadvocaat voor jongeren mag inzetten.

Wat doen jullie?

Wij zijn er voor jongeren tussen de 17 en 27 jaar, die dak- of thuisloos dreigen te raken of dak- of thuisloos zijn (geweest). Wij komen op voor de belangen van jongeren die hiermee te maken hebben. Wij zijn geen jurist of hulpverlener maar ervaringsdeskundigen en hoopverlener. Ook willen we zorgen voor meer stem, medezeggenschap van jongeren in de regio Midden-Holland zowel in de hulpverlening als bij bv. gemeenten.

Wij willen een brug te slaan tussen instellingen, de gemeente en jou. Wij kunnen je ondersteunen bij gesprekken, denken of gaan met je mee en/of bieden een luisterend oor (onafhankelijke vertrouwenspersonen). Wij kunnen adviseren, ondersteunen, doorverwijzen en wanneer nodig jouw belangen behartigen.

Loop je tegen dingen aan, heb je vragen of wil je meer informatie neem dan contact op. Wij komen naar jou toe of maak een afspraak met:

Joost Buijtendorp 06-48 50 76 77

Sara Neels 06-48 50 91 35

Email:
straatadvocaatjongeren@kernkracht.nl

Ook via WhatsApp bereikbaar

Medezeggenschap bij de Adviesraad van de Gemeente Zuidplas

Het is een zonnige vrijdagmiddag als ik Fons thuis tref. Al zo'n tien jaar maakt Fons zich hard om de positie van mensen met een psychische kwetsbaarheid te versterken. Vooral je gehoord voelen is van wezenlijk belang geeft hij aan. Met een kopje koffie en een koekje verteld hij nog steeds vol enthousiasme Het is mooi werk! Jij krijgt er een dimensie bij waar je anders nooit weet van had gehad'.
Vanaf 2007 vertegenwoordigd hij de belangen, ook door het inbrengen van zijn eigen ervaringen met de diensten uit de Wmo. 'Door de toenmalige Initiatiefgroep Wmo van de ZOG MH ben ik dit werk gaan doen. De wereld is een stuk moeilijker en complexer geworden omdat er veel taken zijn bijgekomen voor de Gemeente. Het is een toegevoegde waarde voor de Adviesraad om leden te hebben met eigen ervaring. Je kunt andere aspecten belichten omdat je de praktijk kent.' Naast zijn vrijwillige werk voor de Adviesraad wat bestaat uit de maandelijkse vergaderingen en het bijwonen van diverse netwerkbijeenkomsten, is hij betrokken bij de VMBD en geeft hij voorlichtingen voor KernKracht. 'In 2018 zit het er voor mij op. Ik hoop dat er een goede nieuwe kandidaat komt om mij te vervangen, want ervaringen inbrengen vanuit cliëntperspectief is belangrijk voor de Adviesraad'. Bij deze wil KernKracht van de gelegenheid gebruik maken om Fons heel hartelijk te danken voor zijn inbreng bij de Adviesraad en het vertegenwoordigen van de mensen met een psychische kwetsbaarheid!

Ben je geïnteresseerd in het werk van Fons bij de Adviesraad en woon je in Zuidplas?
Je kunt contact opnemen met Katrien Croonen: email kcroonen@kernkracht.nl voor informatie.
Op de website www.adviesraadzuidplas.nl vind je meer informatie.

Onderzoek Sociaal Cultureel Planbureau(SCP) over Cliëntinspraak bij de Wmo

Donderdag 11 mei mocht ik als ervaringsdeskundige/ informeel cliëntondersteuner meedoen met een onderzoek over inspraak van de cliënt bij de Wet Maatschappelijke Ondersteuning (Wmo).

Er was een hartelijk ontvangst bij de gemeente Gouda in het Huis van de Stad, waar ik samen met Lieke Salomé van het onderzoeksbureau SCP vragen mocht stellen en op of aanmerkingen maken.

Een van de onderwerpen was dat steeds meer informatie digitaal gaat in plaats van een brief. Hierover heb ik benoemd dat veel van de informatie over regelingen behoorlijk overweldigend kan zijn, zeker als je door je psychische kwetsbaarheid minder informatie op kan nemen dan je zou willen.

Dan is het belangrijk en prettig als de informatie die je wel kan volgen helder en duidelijk is en dat het handig kan zijn als er ook bij de lokale GGZ behandelcentra informatie beschikbaar is over het aanbod aan (Wmo) regelingen in Gouda voor mensen met een psychische kwetsbaarheid. Ook dat er de mogelijkheid is dat je hierover kan praten en hoort wat jij er als cliënt aan hebt.

Het was erg leuk en leerzaam om mee te mogen doen!

Groetjes, Renate Visser

Project Herstel & Participatie

Het project **Herstel & Participatie** heeft als doel herstel toegankelijk te maken voor iedereen en zo dicht mogelijk in de buurt. De ruimte krijgen om naar eigen mogelijkheden te kunnen werken aan herstel zal leiden tot (meer) passende participatie.

Wist u dat .....

- Tirza, Nadirsha en Yvonne zijn het team receptiemedewerkers van KernKracht komen versterken.
- De Herstelgroep Bodegraven-Reeuwijk vorm begint te krijgen. Een enthousiast team van vrijwilligers en deelnemers van de Huizen van Alles gaan deze groep verder vorm geven.
- Er een vacature (vrijwilligersfunctie) is voor trainers van de loopgroep Fit & Happy. Zie de website voor meer informatie
- We op zoek zijn naar enthousiaste mensen die opgeleid willen worden tot ervaringscoach of begeleider herstelgroep. In het najaar gaan hiervoor cursussen starten. Hou de website in de gaten voor meer informatie.
- 6 deelnemers met een grote afstand tot de arbeidsmarkt van NetWerk in de Krimpenerwaard hebben enthousiast deelgenomen aan de training 'Versterking positie op de arbeidsmarkt'
- In het netwerktafeloverleg van 23 mei is verder gepraat over taboe onderwerpen in hulp en dienstverlening. Gastspreker Jo heeft verteld over uit de kast komen voor de eigen verslavingsachtergrond als maatschappelijk werker bij Brijder. Zij zet haar ervaringen nu functioneel in en geeft tips hoe je zelf om kan gaan als je vermoedens hebt van verslaving bij een collega of als je zelf 'uit de kast' wil komen.
- Het Herstelcollege bijna van start kan gaan!

Informatie/inloop bijeenkomst Huis van Alles Bodegraven

Wat : Informatie/inloopbijeenkomst
Voor wie : Voor alle burgers in Bodegraven-Reeuwijk
Wanneer : Donderdag 20 juli van 16.00 – 17.00 uur
Waar : Huis van Alles, Vromade 1B, Bodegraven

-In gesprek over herstel: ervaringsdeskundigen delen ervaringen, met elkaar in gesprek te gaan
-Informatie herstelgroep Bodegraven-Reeuwijk: zelfhulpgroep voor mensen met (psychische) kwetsbaarheid
-Informatie maatjesproject: samen koffie drinken, winkelen, wandelen een maatje kan het verschil maken
-Informatie over onafhankelijke cliëntondersteuning: steun bij alle vragen waar u mee te maken krijgt als gevolg van psychische problemen
-Werk maken van eigen ervaring: Informatie over cursussen om aan de slag te gaan als ervaringsdeskundige

Zomerbijeenkomst

Wat : Gezellige zomerbijeenkomst
Wanneer : **Dinsdag 25 juli** van 14.00 – 16.30 uur
Voor wie : Voor iedereen die wil ontmoeten en begroeten.
Waar : Langlaufvereniging Gouda
Tobbepad 4 (achter het Groenenhovenbad)
Aanmelden: via de mail aanmelding@kernkracht.nl of bel naar tel. 0182-519060

Marrig van der Werf, Coördinator project Herstel en Participatie

Stichting KernKracht
Tielweg 3, 2803 PK Gouda
tel: 0182-519060 | 06 – 16 70 19 69
Email: mvdwerf@kernkracht.nl

Adressen en Meetings

Stichting KernKracht

Tielweg 3, Gouda

0182-519060
info@kernkracht.nl
www.kernkracht.nl

STIP op locatie, open inloop

Bodegraven-Reeuwijk

Reeuwijk, Huis van Alles
Van Staverenstraat 39

1e en 3e vrijdag van de maand
van 14.00-15.30 uur

Gouda

Tielweg 3

ma, wo, vrij: 13.00-15.00 uur

Hoge Gouwe 65

Maandag: 13.30-16.00 uur

Nelson Mandela, Wilsonplein 2

Vrijdag: 09.00-15.30 uur

De Kade, Jan Luijkenstraat 25

Bij Stichting Doenya vrouwen

Dinsdag: 10.00-12.00 uur

Krimpenerwaard

Schoonhoven, Oranjeplaats 45b

1e woensdag van de maand
van 13.00-16.30 uur

Lekkerkerk, Talmastraat 1

Dinsdag: 14.00-16.00 uur

Zuidplas

Nieuwerkerk a/d IJssel

Hoed, Oranjepad 4-10

Vrijdag: 13.00-14.30

0182-549813
06-81966386 / 06-81966866
stipgouda@kernkracht.nl
www.kernkracht.nl

Allochtonenspreekuur op locatie, open inloop

Gouda

Tielweg 3

Donderdag: 10.00-12.00 uur

0182-519060
nouraddin@kernkracht.nl

Krimpenerwaard

Schoonhoven, Oranjeplaats 45B

1e woensdag van de maand
13.00-16.30 uur

De straatadvocaat

Aart Jongejan

Maandag en donderdag
Tielweg 3, Gouda
Dinsdag
Hoge Gouwe 65, Gouda
06-22144689
straatadvocaat@kernkracht.nl

Straatadvocaat jongeren
Joost Buijtendorp
06-48507677
Sara Neels
06-48509135
straatadvocaatjongeren@kernkracht.nl

Herstel & Participatie

Voor informatie over:

- Herstelgroepen in de regio
- Maatjesproject
- Ervaringscoaches

www.kernkracht.nl/wat-doen-wij/herstel-participatie

Overig

Kwintes Autisme-soos
Paradijs 2, Gouda

Elke 2 weken op vrijdagavond
vanaf 19.30 uur

www.kwintes.nl/activering/dagactiviteiten/gouda-soos

Het Auticafé Zuidplas
Jongerencentrum 't Blok
IJsermanpad 1, Nieuwerkerk a/d IJssel

Elke 2e dinsdag van de maand
vanaf 19.30 uur

www.welzijnzuidplas.nl

REAKT Eetcafé
Hoge Gouwe 65, Gouda

Ma t/m vrij vanaf 17.00 uur

Ypsilon (familie)
Mantelzorgspreekuur
Tielweg 3, Gouda

Alleen op afspraak

Bel Anneke de Vries 0182-352140

of mail Wies van den Nieuwendijk
wiesvandennieuwendijk@ziggo.nl

Gespreksgroep Ypsilon
Thijsselaan 45, Gouda

3e woensdag van de even maand:
20.00-22.00 uur

Wies van den Nieuwendijk
wiesvandennieuwendijk@ziggo.nl

Zelfhulpgroepen

Alcoholverslaving:
www.aa-nederland.nl

Alle middelen verslaving:
ca-holland.org

Eetstoornissen:
www.anonieme-overeters.nl

Alle drugsverslavingen:
www.na-holland.nl

Voor familie/naasten van verslaafden:
www.al-anon.nl