



cardea

ZELFSTANDIGHEIDSTRAINING

Met Cardea kun je verder!

Op kamers met Zelfstandigheidstraining

Voor je ligt de brochure met informatie over de verschillende vormen van zelfstandigheidstraining bij Cardea. Je leest alles over wat Zelfstandigheidstraining is, welke verschillende vormen er zijn, wie er wonen, wat je te wachten staat en wat er van je wordt verwacht.

Wat is Zelfstandigheidstraining?

Bij zelfstandigheidstraining oefen je onder begeleiding met zelfstandig wonen. Je hebt een eigen kamer en deelt een keuken, toilet en douche met andere bewoners.

Cardea heeft drie vormen van zelfstandigheidstraining:

- Naast Wonend Mentorhuis
- Trainingshuis
- Het Perron

In een Naast Wonend Mentorhuis wonen vier jongeren zelfstandig, met begeleiding van een mentor die in het naastgelegen huis woont.

In een Trainingshuis wonen twaalf jongeren vanaf 16 jaar. Een Trainingshuis bestaat uit verschillende panden bij elkaar in de buurt.

Het Perron is een behandelafdeling voor jongeren van 16 tot 18+ jaar.

Bij een Trainingshuis en Het Perron zijn twee soorten huizen. Het 'starthuis' en de appartementen. Iedere jongere krijgt een mentor. In het starthuis woon je met andere jongeren en zijn de begeleiders 24 uur per dag aanwezig. Naarmate deze trajecten vorderen, is er minder direct toezicht. De begeleiders zijn wel 24 uur per dag bereikbaar en dicht in de buurt.

Na de Zelfstandigheidstraining kun je zelfstandig op een kamer wonen, terug naar huis of doorstromen naar een ander programma van Cardea. Doel van de Zelfstandigheidstraining is dat je vaardigheden leert die je helpen meer zelfstandig te worden.

Voor wie?

Zelfstandigheidstraining is bedoeld voor jongeren die zelfstandig willen worden en willen werken aan hun toekomst. Vaak zijn er problemen op meerdere gebieden: ruzie met ouders, financiële problemen, volhouden van werk of opleiding, weinig zelfvertrouwen, enzovoort.

Hoe kom je bij Zelfstandigheidstraining en wat gebeurt er dan?

Je kunt bij Zelfstandigheidstraining worden aangemeld door een medewerker van Bureau Jeugdzorg (BJZ) of met een AWBZ-indicatie. Een gezinsbegeleider van Cardea of mentor van Zelfstandigheidstraining neemt contact op en maakt een afspraak met jou en je ouders. Indien van toepassing wordt ook een medewerker van BJZ en/of jouw behandelaar van de GGZ uitgenodigd. In het kennismakingsgesprek wordt informatie gegeven over Cardea en over de werkwijze bij Zelfstandigheidstraining. Hierna word je met je ouders en de betrokken medewerkers van BJZ en GGZ uitgenodigd voor een intakegesprek. In dit gesprek stellen jij, je ouders en de hulpverleners een samenwerkingsovereenkomst op, waarin alle gemaakte afspraken staan. Dit is een contract met de doelen voor Zelfstandigheidstraining waar je samen met je ouders, de hulpverleners en de medewerker van BJZ, voor tekent. Het spreekt voor zich dat iedereen zich vanaf dan ook houdt aan dit contract.



“Zelfstandigheidstraining is bedoeld voor jongeren die zelfstandig willen worden en willen werken aan hun toekomst.”

Met wie krijg je allemaal te maken?

Bij een Naast Wonend Mentorhuis werkt één begeleider die, soms met zijn of haar gezin, in het naastgelegen huis woont. Dit is ook jouw mentor. Soms krijg je ook een gezinsbegeleider. Bij Het Perron en de Trainingshuizen werken begeleiders en nachtwachten. Één van de begeleiders wordt je persoonlijke mentor. Daarnaast zoekt een gezinsbegeleider samen met jou, je mentor en je ouders waar aan moet worden gewerkt tijdens je plaatsing. De teamleider en orthopedagoog zijn aanwezig bij de vergaderingen en andere besprekingen.

Wat doet een mentor?

Je hebt minimaal één keer in de week een begeleidingsgesprek met je mentor. Je bespreekt hoe het gaat en waar je nog aan moet werken. Er wordt natuurlijk niet alleen gepraat! Je mentor kan ook met je meegaan om zaken te regelen. Je kunt dan denken aan werk zoeken, een bezoek aan de leerplichtambtenaar of aan het gemeentehuis. Je kunt ook begeleiding krijgen bij allerlei huishoudelijke zaken. De medewerker van BIZ of jouw behandelaar bij de GGZ wordt betrokken bij de begeleiding. Een mentor werkt samen met je ouders en spreekt met jullie af waar zij jou bij kunnen begeleiden. Je mentor schrijft samen met jou verslagen over hoe het gaat. Bij een Trainingshuis en Het Perron is er naast het individuele programma ook een groepsprogramma. Er wordt kooktraining gegeven en er zijn verschillende trainingen gericht op woonvaardigheden, omgaan met geld en sociale vaardigheden. Deze trainingen zijn vaak op een vaste avond en zijn een verplicht onderdeel van je verblijf.

Hoe gaat het in z'n werk?

Het programma dat je volgt bij de Trainingshuizen en Het Perron is opgedeeld in drie fasen.

Eerste fase

Als je komt wonen, moet je werken of op school zitten. Doe je dat niet, dan wordt er een leerwerktraject opgestart bij Cardea. Bij een leerwerktraject leer je in een echte werksituatie hoe het is om te werken in een bedrijf. Je leert je persoonlijke kwaliteiten, ambities en interesses kennen om uiteindelijk weer een opleiding te volgen of werk te vinden. Samen met je mentor bepaal je welke individuele trainingen je wilt volgen. Er zijn trainingen over wonen en leven, koken, over omgaan met geld en leren organiseren. Je mentor schrijft samen met jou aan het einde van de eerste fase een verslag waarin jouw persoonlijke doelen op een rijtje komen te staan. Als je deze fase goed hebt doorlopen en je hebt werk of school, dan kun je door naar de tweede fase.

Tweede fase

In de tweede fase ga je aan de slag met je persoonlijke trainingsprogramma. Je kunt nog steeds gebruik maken van de leerwerktrajecten van Cardea. Er zijn nog wel een paar vaste programmaonderdelen in deze fase. Je leert steeds meer over zelfstandig wonen: hoe moet ik me inschrijven bij de woningbouw, hoe kan ik verzekeringen regelen, wat ga ik doen in mijn vrije tijd en hoe moet ik me aanmelden als ik wil verhuizen? Ook ga je samen met je mentor afspraken maken over het contact met je ouders en familieleden. Jullie gaan samen omschrijven wie er nog meer belangrijk is in jouw leven (zoals vrienden en kennissen). In deze fase maak je samen met je mentor een werkplan.

Je beschrijft in een voortgangsverslag welke doelen je hebt gehaald en waar je nog aan wilt werken. Dit verslag wordt besproken in een voortgangsgesprek met jou, je ouders en de medewerker BIZ of de behandelaar van GGZ. Zolang je bij Het Perron of een Trainingshuis woont, vinden er voortgangsbesprekingen plaats.

ZELFSTANDIGHEIDSTRAINING

Met Cardea kun je verder!

Derde fase

In de derde en laatste fase bereid je je voor op je vertrek. Je werkt aan je eigen persoonlijke plan, maar er zijn ook vaste onderdelen. Zo leer je zelf een kamer zoeken en het regelen van spullen voor je kamer. In deze fase heb je meer contact met de gezinsbegeleider om afspraken te maken over het contact met je ouders, familieleden en vrienden nadat je uit Het Perron of Trainingshuis weg bent. Kort voor je vertrek kijk je met je mentor terug op je verblijf. Zo krijg je overzicht van wat je allemaal hebt geleerd en wat je eventueel nog wil leren. Als jullie het nodig vinden kan je mentor je ook nog een aantal weken begeleiden als je al weg bent bij Het Perron of een Trainingshuis. Je maakt samen met je mentor en je ouders een eindverslag. Dit wordt besproken in een eindgesprek met je ouders en de medewerker van BJZ of jouw behandelaar bij de GGZ.

Cardea

Cardea is een jeugd- en opvoedhulporganisatie in de regio Zuid-Holland Noord. Elk jaar helpt ze ruim 2.800 kinderen en jongeren, van 0-23 jaar, die kampen met ontwikkelings-, gedrags- en gezinsproblemen. Cardea heeft ambulante hulp, daghulp, 24 uurshulp of combinaties hiervan. Bij de programma's wordt altijd het gezin betrokken. Er wordt nauw samengewerkt met onder meer gemeentelijke instellingen, kinder- en jeugdpsychiatrie en (speciaal) onderwijs. Bij Cardea staan twee zaken centraal: de ontwikkelingsmogelijkheden van het kind en de gezinnen en de veiligheid van het kind. Cardea is HKZ-gecertificeerd.

POSTADRES

Postbus 11109
2301 EC Leiden

BEZOEKADRES

Cardea Centraal Bureau
Elisabethhof 21-23
2353 EW Leiderdorp

T 071 579 50 50

I www.cardea.nl

E info@cardea.nl