



GA VOOR EEN LEVEN DAT JOU PAST

ONDERSTEUNING BIJ
PSYCHISCHE KLACHTEN

RI

BRABANT

W basis voor herstel

WIJ BIEDEN JOU EEN BASIS VOOR HERSTEL

Iedereen kan (ernstige) psychiatrische of psychische klachten krijgen. Dat heb je niet zelf in de hand. Als RIBW Brabant helpen we je graag om hiermee om te leren gaan. We begeleiden mensen met psychiatrische of psychische klachten (vanaf 16 jaar) bij hun herstel, individueel of in een gezins-situatie. We ondersteunen in het leren omgaan met de uitdagingen van kwetsbaarheid, bijvoorbeeld op het gebied van wonen, werken en leren, gezin en sociale relaties, financiën en gezondheid. We bieden onze zorg thuis (ambulant) of bij een van onze RIBW-locaties (beschermd wonen) in negen gemeentes binnen de regio Hart van Brabant.

We werken samen met jou en de mensen om je heen aan een basis voor herstel. Samen kijken we wat er mogelijk is. Zo geven we een nieuwe betekenis aan je leven. Een leven dat jou past: daar gaan we voor!

Jij staat centraal

Ons uitgangspunt is om met onze zorg jouw herstel te ondersteunen. We noemen deze aanpak dan ook herstelondersteunende zorg. We nemen niet een stoornis of diagnose als uitgangspunt, maar jou als persoon. Herstel gaat over het terugvinden van een persoonlijke balans nadat je mentaal je greep op je leven kwijtraakte.

Belangrijk voor jouw herstel is het ontdekken van mogelijkheden. Jouw talenten, wensen, valkuilen en doelen staan centraal, waardoor je inzicht krijgt in wat je nodig hebt en hoe je dit kunt bereiken op de manier die bij jou past. We kijken ook wie jou kan helpen bij je herstel. Samen werken we stap-voor-stap aan concrete doelen, te beginnen met datgene waar jij het meeste last van ervaart. Als je jouw doel bereikt, sta je sterker en kun je een volgende stap zetten. We nemen jouw leven niet over, maar lopen als het ware een tijdje met je mee, totdat je weer genoeg vertrouwen in jezelf hebt om zelfstandig(er) verder te gaan.

Het herstelproces

We weten uit ervaring dat mensen die een herstelproces doormaken graag willen weten waar ze aan toe zijn.

Dat geeft houvast tijdens het herstellen, het heeft een positief effect. Daarom delen wij het herstelproces in vier fasen in:

1. Overweldigd zijn
2. Worstelen met klachten
3. Leven met een kwetsbaarheid
4. Leven voorbij de kwetsbaarheid

Als je snapt hoe het herstelproces werkt, snap je zelf veel beter hoe ver je daarin al bent. Onthoud dat herstellen voor iedereen anders is. We kunnen dan ook niet zeggen hoe lang een fase voor jou duurt. Soms ga je vooruit. Soms zet je een stapje terug, of opzij. Je gaat niet in een rechte lijn van A naar B, maar bewandelt je eigen pad. Dat kan kronkelig zijn. Het is uniek. Net als jij.



“Ik woon beschermd. Ik krijg intensieve begeleiding en heb meer structuur in mijn leven. Ik heb geleerd anderen te vertrouwen. Met mijn herstelondersteuner wandel ik regelmatig. Dan praat ik over wat me bezighoudt, hoe ik heb geslapen en de nachtmerries die ik heb gehad. Daarover praten - in de buitenlucht - doet me goed en helpt me de dag door.”

Henny

Zo helpen wij jou

Wanneer je (ernstige) psychiatrische of psychische klachten ervaart, zijn de gevolgen hiervan vaak op verschillende gebieden zichtbaar en voelbaar. Als het gaat over wonen, werk, dagbesteding en leren, maar ook op het vlak van sociale relaties, gezin en huiselijke relaties, financiën, administratie en gezondheid. Problemen op het ene vlak hebben bovendien vaak gevolgen in een ander vlak. Daarom bieden we professionele ondersteuning en begeleiding binnen al deze leefgebieden.

Professionele begeleiding

Onze professionals zijn geen behandelaars of artsen, maar herstelcoaches, herstelondersteuners, leerwerkcoaches en ervaringsdeskundigen. Zij begeleiden daar waar het herstel plaatsvindt: in het dagelijks leven. Gelijkwaardigheid staat hierbij voorop.

Begeleiding door ervaringsdeskundigen

In je herstelproces word je vaak ook begeleid door één van onze professionele ervaringsdeskundige hulpverleners. Zij geven iets extra's aan onze begeleiding, omdat ze vanuit eigen ervaring spreken. Onze ervaringsdeskundigen zijn professioneel opgeleid en hebben ervaring als patiënt of cliënt, meestal in de psychiatrie. Ze zetten nu hun opgedane ervaringskennis in voor anderen. Want ze weten als geen ander wat jij doormaakt.

Wij begeleiden je in jouw thuissituatie en helpen je om in je woonomgeving zo goed mogelijk te blijven functioneren. Als het voor je herstel beter is, dan kun je met

een passende indicatie ook (tijdelijk) begeleid wonen op een RIBW-locatie. Dit noemen we beschermd wonen. Als het nodig is kunnen we ook 24-uurs zorg bieden op onze locaties. Of het nu thuis of op een RIBW-locatie is, je krijgt altijd van onze professionals praktische en mentale begeleiding in het dagelijks leven.

Psychologen

Als je meer specialistische of intensievere behandeling nodig hebt bij complexere problemen, dan kun je hiervoor terecht bij onze psychologen. Zij bekijken samen met jou wat je nodig hebt en helpen je met een behandelplan op maat.

Caren.nl

RIBW Brabant werkt met een online cliëntendossier: Caren.nl. Hier vind je jouw gegevens en de afspraken over jouw begeleiding. Caren helpt bij het organiseren van zorg, het delen van informatie en het plannen van taken. Hiermee hebben cliënten en hun naasten meer mogelijkheden om regie op het herstel te pakken.

Wonen

Soms lukt het je niet om alle huishoudelijke taken, zoals de was, schoonmaken of boodschappen te doen. En heb je wat ondersteuning nodig om zelfstandig en veilig thuis te kunnen wonen. Het kan ook zijn dat je nog moet leren hoe je een goede planning kunt maken om alle huishoudelijke taken goed te kunnen doen. Wij helpen je hierbij.

Financiën en administratie

Wanneer je moeite hebt met je financiën en administratie kan je dit veel stress geven. Toch zijn er allerlei mogelijkheden om je geldproblemen aan te pakken. Team Budgetbeheer helpt jou om grip op je financiën te krijgen, brengt orde in je inkomsten en uitgaven en biedt hulp bij schulden. Meer info? Ga naar: www.ribwbrabant.nl/budgetbeheer.

Gezondheid en regie op eigen leven

In onze begeleiding besteden we veel aandacht aan beweging, sport en gezond eten. Een gezonde leefstijl helpt je namelijk bij psychisch herstel. Daarnaast helpen we ook bij het maken van een dagstructuur om zo meer grip te krijgen op je leven.

Sociale relaties

Wij geloven in de kracht van menselijk contact. Sociale relaties zijn belangrijk voor een goed en blijvend herstel. Tegelijkertijd raken deze relaties door psychiatrische of psychische klachten vaak verstoord. Daarom besteden we veel aandacht aan de (her)opbouw van jouw sociale contacten.

Gezin en huiselijke relaties

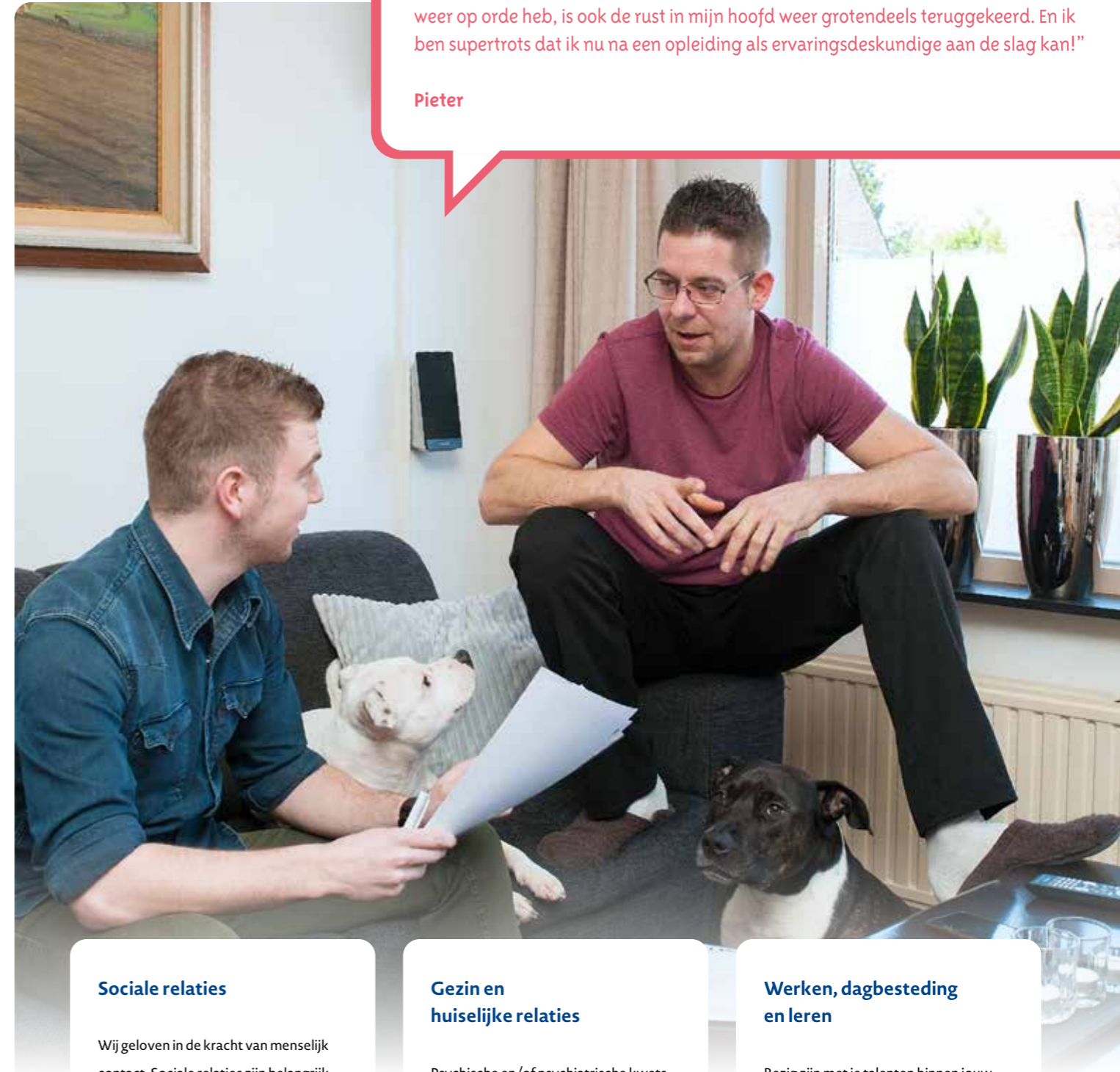
Psychische en/of psychiatrische kwetsbaarheden kunnen gevolgen hebben voor het hele gezin. Met gezinsbegeleiding helpen we om de balans binnen jouw gezin op orde te krijgen. Ook helpen we structuur in het gezin aan te brengen en adviseren we bij opvoedsituaties.

Werken, dagbesteding en leren

Bezig zijn met je talenten binnen jouw mogelijkheden: dat kan met (vrijwilligers)werk of een daginvulling die bij je past. Ons team KREW – WERK, maar dan omgedraaid – helpt jou bij alles wat met werken en leren te maken heeft. Van arbeidsmatige dagbesteding tot het vinden en behouden van een passende opleiding of reguliere baan.

“Ik had paniekaanvallen, een angststoornis, depressies en agressieproblemen. Ik zat psychisch in de knoop en kwam daar zelf niet uit. Mijn herstelcoach en -ondersteuners hielpen me daarbij. Onder andere bij het vinden van een eigen woonplek en het aanvragen van uitkeringen, schuldsanering en bewindvoering. Nu ik mijn zaakjes weer op orde heb, is ook de rust in mijn hoofd weer grotendeels teruggekeerd. En ik ben super trots dat ik nu na een opleiding als ervaringsdeskundige aan de slag kan!”

Pieter



Onze specialismen

Wij hebben ruim 35 jaar ervaring in het bieden van woonbegeleiding. En onze expertise gaat verder.

Gezinnen

Psychische en/of psychiatrische kwetsbaarheden kunnen hun weerslag hebben op het hele gezin. Wij bieden dan ook gezinsbegeleiding om de balans binnen het gezin op orde te krijgen.

Jongeren

Wij helpen jongeren vanaf 16 jaar zelfstandig te worden. Bijvoorbeeld door middel van trainingen of intensieve begeleiding op weg naar zelfstandig wonen.

Ouderen

Ouderen ervaren naast psychische problemen regelmatig ook lichamelijke ongemakken. Daar hebben wij oog voor. Op verschillende woonlocaties hebben we speciale voorzieningen getroffen.

Autisme

Mensen met een autismespectrumstoornis hebben vaak moeite met activiteiten in het dagelijks leven. Om hier zo goed mogelijk mee om te gaan, begeleiden wij op verschillende vlakken zoals zelfredzaamheid en sociale vaardigheden.

Korsakov

Op onze Korsakovafdeling bieden we bewoners een gestructureerde en veilige omgeving, door intensieve aansturing en begeleiding bij alle voorkomende dagelijkse activiteiten en/of behandeling.

Verslaving (Safehouse)

Verslaving en psychische problemen gaan vaak hand in hand. In onze Dubbele Diagnose-locaties begeleiden we bewoners die gebruiken. En in ons Safehouse bieden we een veilige omgeving voor cliënten die in een verslavingskliniek een volledige klinische behandeling, gebaseerd op het 12 stappen Minnesota-model, hebben doorlopen en clean willen blijven.

Hersenletsel (NAH)

Een niet-aangeboren hersenletsel verandert mensen. We investeren continu in kennis en expertise op dit gebied, waardoor we zorgen voor passende begeleiding.

Forensische zorg

We begeleiden mensen die in aanraking zijn geweest met politie of justitie. Wij helpen ex-gedetineerden met psychische klachten om stap voor stap terug te keren in de samenleving.

Werk, scholing en dagbesteding

Een goede structuur in je dag is ontzettend waardevol en belangrijk voor herstel. Dat is onze ervaring en we horen het ook terug van onze cliënten. Daarom zijn werk en dagbesteding een vast onderdeel van onze herstelondersteunende zorg. Dit helpt je bij het terugvinden van een dag- en nachtritme. En: om contact te leggen met anderen en zo een sociaal netwerk op te bouwen. Bezig zijn met je talenten ontdekken en nieuwe dingen te leren geeft veel energie.

ONTDEK ONS AANBOD:

Team KREW

Ons team KREW - WERK, maar dan omgekeerd - richt zich op alles wat met werken en leren te maken heeft. Van arbeidsmatige dagbesteding in onze werkprojecten tot het vinden en behouden van een passende opleiding of reguliere baan. Ook kun je via KREW ervaring opdoen als vrijwilliger binnen RIBW Brabant. Je wordt begeleid door professionele leerwerkcoaches. Zij ondersteunen je bij je herstel, op de werkvloer of tijdens je studie.



“Ik ben blij dat ik kan werken. Zonder werk zou ik me eenzaam voelen en raak ik uit mijn ritme. Dan heb ik de kans om terug te vallen in een depressie. Mijn werk geeft afleiding en zorgt voor sociale contacten met collega's.”

Milou, werknemer bij restaurant Waanzinnig

Restaurant Waanzinnig

Ons leer-werkproject Waanzinnig wordt gerund door mensen met een psychische kwetsbaarheid. Hier kun je onder begeleiding van leerwerkcoaches horeca- en servicevaardigheden leren, zoals omgaan met diverse wensen van gasten. Maar je leert ook omgaan met zaken als werkdruk en flexibele werktijden. Kijk voor meer informatie op: www.restaurantwaanzinnig.nl.

Het Kiemuur

Het Kiemuur organiseert bijeenkomsten in de wijk voor iedereen die tijdelijk of wat langer- wel een steuntje in de rug of een luisterend oor kan gebruiken. Bijvoorbeeld vanwege een verslaving, eenzaamheid, financiële problemen of door een ontwrichtende ervaring. Je kunt binnenlopen voor contact, advies of gewoon om je verhaal te doen. Hier heb je alle ruimte om jouw verhaal te delen en dat van anderen te horen. Het uitwisselen van ervaringen werkt positief. Je ziet dat je niet de enige bent en hoort hoe anderen omgaan met hun uitdagingen. En dat in een veilige omgeving. Maar als je behoefte hebt aan ongedwongen en gezellig contact met anderen dan kun je daarvoor ook terecht bij Het Kiemuur! Het Kiemuur heeft geen wachtlijst en is gratis toegankelijk. Via het Kiemuur kun je ook themabijeenkomst bijwonen en/of cursussen volgen op het gebied van ervaringsdeskundigheid. Kijk voor meer info op www.hetkiemuur.nl.

Howie the Harp™

De opleiding Howie the Harp™ is een unieke éénjarige opleiding waarin je vanuit ervaringskennis en theoretische kennis toewerkt naar de professionele baan van ervaringsdeskundige. Bekijk de info over Howie the Harp™ op: www.ribwbrabant.nl/trainingen/howie-the-harp-bij-howie-brabant.



Hoe kom ik in aanmerking voor zorg?

Het grootste deel van onze zorg wordt vanuit de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo) vergoed. Je hebt hiervoor een beschikking van jouw gemeente nodig. Binnen de regio Hart van Brabant ontvang je via de website www.zorginregiohartvanbrabant.nl een beschikking voor beschermd wonen of ambulante Wmo-begeleiding. Zij kijken voor welk(e) leefgebied(en) er begeleiding nodig is. Vervolgens wordt er met jou gekeken welke zorg jij nodig hebt. Je kunt altijd contact met ons opnemen. We denken graag met je mee. Bel naar 013-5336646 of stuur een e-mail naar info@RIBWBrabant.nl.

Wet Wlz

Voor een klein deel van onze cliënten wordt de zorg volgens de Wet langdurige zorg vergoed. Wij bieden zorg voor de Wlz-zorgprofielen GGZ1, GGZ2 en GGZ3.

Forensische zorg

Wij bieden ook forensische zorg. In het geval van een forensische titel is er naast het contact met familie en andere belangrijke naasten ook veel afstemming met reclassering.

Hoe meld ik me aan voor begeleiding van RIBW Brabant?

Om in aanmerking te komen voor begeleiding bij een RIBW-locatie (beschermd wonen) of bij jou thuis (ambulante begeleiding), kun je het korte stappenplan volgen wat op onze website staat: www.ribwbrabant.nl/hoe-kom-ik-in-aanmerking.



Veelgestelde vragen

Kom ik op een wachtlijst?

Voor begeleiding thuis, werkprojecten en activiteiten zijn er geen wachtlijsten. Voor beschermd wonen bij RIBW Brabant is er een wachtlijst. Wanneer je hier op komt, krijg je te horen hoe lang de wachttijd ongeveer is. We bespreken dan ook samen of tijdelijke andere ondersteuning gewenst is.

Kan ik zelf bepalen waar ik wil wonen?

Tijdens het gesprek met onze zorgbemiddelaars kun je jouw wensen aangeven. Waar mogelijk houden we daar rekening mee. Als er woonruimte vrij komt, nodigen we je uit om deze te komen bekijken. Deze ruimte kan afwijken van jouw wensen.

Wat gebeurt er nadat ik bij de gemeente beschermd wonen heb aangevraagd?

Nadat je een aanvraag voor beschermd wonen bij de gemeente hebt gedaan, krijg je een oriënterend gesprek. In dit gesprek wordt bekeken wat je zorgvraag is, wat voor begeleiding je nodig hebt, wat een passende woonplek is en hoe deze wordt gefinancierd.

Mijn vraag staat er niet bij!

Kijk op onze website www.ribwbrabant.nl voor meer informatie en onze contactgegevens. Wij helpen je graag verder.



Samenwerking

Begeleiding vraagt steeds nadrukkelijker dat we een sterke verbinding aangaan met de directe omgeving van onze cliënt (sociaal netwerk én buurt), maar ook met partnerorganisaties die een specifieke -vaak specialistische- rol hebben in het herstel van cliënten, zoals de GGZ of verslavingszorg. Of organisaties die een prominente rol hebben in de buurt en samenleving, zoals gemeentes, woningcorporaties en wijk- en welzijnswerk.

We werken dan ook samen met andere organisaties in verschillende projecten en netwerkorganisaties zoals Gezinsmanagement Hart van Brabant, Veilig Thuis, Samenwerkende Jeugdzorgspecialisten, Maatschappelijk Steun Systeem Tilburg, Hotspot, Gemengd Wonen, Weer Thuis en Wijkcirkels. We willen met deze partners sociale inclusie bewerkstelligen: een vangnet zijn voor iedereen die het (even) nodig heeft.

Clëntenraad

Intern werken we samen met onze eigen Clëntenraad. Die bestaat uit... inderdaad, cliënten: mensen die weten wat het is om te maken te hebben met psychische uitdagingen. De Clëntenraad vindt het belangrijk dat het proces van psychiatrische en psychische kwetsbaarheid naar herstel meer zichtbaar wordt. Zo wordt duidelijk dat er altijd een weg naar méér is. Meer structuur, meer sociale contacten, meer vertrouwen in jouw eigen mogelijkheden én meer plezier in je leven. Lees voor meer informatie over de Clënten op onze website: www.ribwbrabant.nl/clientenraad. Daarnaast werkt RIBW Brabant ook samen met een onafhankelijke cliëntvertrouwenspersoon en klachtenfunctionaris.



CONTACT

Heb je nog vragen of tips?
Of wil je meer informatie?
Wij helpen je graag verder.
Bel naar 013-5336646 of e-mail
naar info@RIBWBrabant.nl.

ADRES

RIBW Brabant
Zuiderkruisweg 1
5015 TB Tilburg

Postbus 10008
5000 JA Tilburg
013-5336646

MEER INFORMATIE VIND JE OP



www.ribwbrabant.nl