

A man with glasses, wearing a light-colored polo shirt and dark shorts, is climbing an indoor rock wall. He is holding onto a red rope with both hands. The wall is covered in various colored climbing holds (blue, yellow, red, grey).

Kijker

eenvoudig
en duidelijk
herfst
2014

Klimmen voelt goed

Uit eigen tuin

Thema In beweging

Inhoud

KijkKer herfst 2014

3 Goed gevoel

Op Reinaerde Dennendal staat een echte klimwand. Mensen met spanningen krijgen daar klimles. Zo krijgen ze meer vertrouwen. Dat geeft een goed gevoel.

4 Ken je rechten

Het Wist je dat!?-team weet alles van het ondersteuningsplan. Het team geeft bij bewoners thuis informatie over het plan. Dat gebeurt met filmpjes en korte vragen.

6 Ja hallo!

De kas en de moestuin van Reinaerde De Werkspecht staan vol groente en fruit. Cliënt Erik is gek op tuinieren. Hij werkt graag in de kas.

8 Uit de kunst

Pien houdt een spreekbeurt in Reinaerde Ateliers De Wijde Doelen. Kunstenaar Derk Wessels is haar oom. Pien vindt hem een geweldige schilder. Zijn kunstwerken worden verkocht in een webwinkel.



Zie ook het filmpje op dvd of op You Tube: Reinaerdevideo

Jan klimt snel omhoog

In
beweging

K

Leren vertrouwen

In het gezondheidscentrum van Reinaerde Dennendal staat een echte klimwand.

De klimwand is bedoeld voor mensen die psychomotorische therapie (PMT) nodig hebben.

PMT helpt je om te leren waar je gedrag vandaan komt.

Als je dat weet, kun je je gedrag ook veranderen. Je wordt dan bijvoorbeeld minder snel agressief of bang.

PMT kan ook helpen om je weerbaarder te maken.

Grenzen

Michiel de Vries is psychomotorisch therapeut. Hij begeleidt de mensen bij het klimmen. Michiel klimt zelf al jarenlang. Hij heeft daar ook een diploma voor. Michiel: "Door tegen een muur te klimmen, kom je je grenzen tegen."



Michiel
vraagt welke
route
Martin wil
klimmen

Goed gevoel

Martin Scheppink woont bij Reinaerde De Reiger in Bilthoven. Hij fietst iedere dag naar Zeist. Daar doet hij houtbewerking als dagbesteding.

Martin heeft last van spanningen in zijn lichaam. "Ik heb af en toe een prikgevoel in mijn lijf", vertelt hij. "Dat is de spanning. Daarom klim ik tegen deze muur. Zo leer ik om beter met die spanning om te gaan. Het helpt me wel", zegt Martin.

Stevig harnas

Martin trekt een stevig harnas aan. Daar maakt Michiel touwen aan vast. Zo kan er niets gebeuren. Dan zet Martin zijn voet op een soort rots aan de klimwand. Hij houdt zich goed vast aan een andere rots.

Langzaam klimt hij naar boven. "Wil je nu een lastige route?", vraagt Michiel.

Martin laat zich aan het touw zakken. Snel staat hij weer op de grond. Dan klimt hij opnieuw naar boven. Hij mag nu alleen de gele rotsen gebruiken. In een mum van tijd tikt Martin het plafond aan.

Even later komt een nieuwe cliënt binnen.

Het is Jan Grauss met zijn begeleider Vincent. Vincent klimt zelf ook. Vincent: "Jan heeft een beetje hoogtevrees. Klimmen helpt hem om meer vertrouwen te krijgen. Hij heeft geleerd om steeds hoger te klimmen. Dat geeft hem een goed gevoel." ●

Je moet je overgeven en leren vertrouwen. Sommige mensen vinden dat best lastig. Maar ze leren ook met hun spanningen om te gaan." Michiel hoopt dat de klimwand ook als vrijetijdsbesteding gebruikt zal gaan worden. Michiel: "Klimmen is een mooie manier om in balans te komen. Het zou fijn zijn als ook andere cliënten dat zouden kunnen ervaren."

K

In het
nieuws

Werkplek in beweging

Niet iedereen werkt of heeft dagbesteding in de plaats waar hij woont.

Dan moet je gaan reizen. En dat kost veel geld en tijd.

Het is dus handig om in dezelfde plaats te wonen en te werken of naar dagbesteding te gaan.

Samen gaan we hiernaar op zoek.

Richard Schreurs heeft een nieuwe werkplek gevonden.

Hij werkt nu bij het Centrum voor Arbeid en Begeleiding in Woerden.

Hier is een nieuwe afdeling gestart. Speciaal voor mensen die van werkplek veranderen. Naast mensen van Reinaerde werken hier ook mensen van Ferm Werk. En mensen van de gemeente Woerden. Zo leer je nieuwe mensen kennen. Die ontmoet je tijdens de pauzes.

Wennen

Richard werkt nu een half jaar op het arbeidscentrum.

Eerst hielp hij in de kantine van

Richard op
zijn nieuwe
werkplek



De Weiderij in IJsselstein.

Twee jaar geleden verhuisde hij naar De Singelhof in Woerden.

Richard moest toen een heel eind met de bus reizen.

Daarom is gezocht naar een werkplek in de buurt.

Het was wel even wennen voor Richard. Ander werk en nieuwe collega's.

Maar nu heeft hij het erg naar zijn zin.

's Ochtends werkt hij aan allerlei producten die in de winkels

worden verkocht.

Dat is een heel precies werk. Richard doet werk dat bij hem past en wat hij leuk vindt.

's Middags is het tijd om te ontspannen. In de hal is hiervoor een speciale ruimte gemaakt. Richard gaat graag wandelen. Maar dan moet het wel droog zijn. Ook luistert hij veel naar zijn eigen muziek. Met de koptelefoon op. Zodat niemand er last van heeft. Richard heeft het prima naar zijn zin! ●

Ken je rechten en plichten

Als je cliënt bent bij Reinaerde, heb je een ondersteuningsplan. In dat plan staat informatie over jou.

Er staan ook afspraken in die met jou gemaakt zijn.

Over wie je bent, wat je wilt bereiken, hoe jij je leven wilt inrichten.

Het is belangrijk dat je zelf meepraat over je eigen leven.

Het is ook belangrijk dat je zo veel mogelijk je eigen beslissingen neemt.

En dat je weet wat je rechten en plichten zijn.

Nog niet iedereen weet even goed wat een ondersteuningsplan is.

Ook weten sommige mensen niet wat je er allemaal in kunt zetten.

Hot Wist je dat team!?



Bijvoorbeeld over hoe laat je naar bed gaat.

Het Wist je dat!?-team weet veel over het ondersteuningsplan.

Het Wist je dat!?-team bestaat uit cliënten en een coach cliëntenraden.

Het team komt op bezoek bij bewoners thuis.

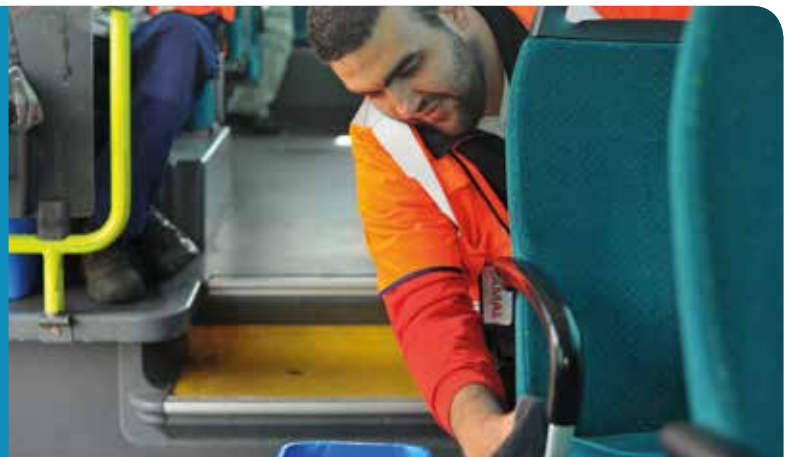
Daar geven ze informatie over het ondersteuningsplan.

Dat doen ze op een leuke manier, met filmpjes en korte vragen.

Na afloop weet je veel meer over het ondersteuningsplan. ●

Wil je dat het Wist je dat!?-team ook bij jou thuis komt? Bel Jan van de Pol: 06-22890186, of stuur een mail naar: jvdpol@reinaerde.nl.

Cleanteam zorgt voor schone bussen



Het Reinaerde Cleanteam maakt bussen van Connexion schoon. Eerst alleen in Amersfoort. Nu ook twee dagen in Zeist.

De chauffeurs en passagiers zijn daar erg blij mee. Zij reizen

graag in een schone, frisse bus. Pas was het feest. Toen maakte het team de 100e bus schoon. De Amersfoortse Krant kwam pas op bezoek om een stuk voor de krant te maken. Iedereen is reuze trots.

Het Cleanteam heeft een eigen Facebookpagina: Cleanteam Reinaerde. Ze zijn ook actief op Twitter: @CleanteamRein. Voor leuke foto's en nieuws kun je het Cleanteam daar volgen. ●



K

Ja
hallo!

Uit eigen tuin!

Erik en Petra in de kas.
Petra is begeleider op
De Werkspecht

In Maarssenbroek zit Reinaerde Dagcentrum De Werkspecht. Cliënten werken daar in de bakkerij of de wasserij. Maar ze hebben ook een grote tuin.

In die tuin staat een kas en een moestuin.

De kas staat vol met fruit en groenten.

Er groeien sperziebonen, courgettes, tomaten, wortels, komkommers en druiven.

In de moestuin moet nog van alles worden gezaaid en geplant. De burens helpen graag een handje mee.



Een handvol 'dieven'

Erik houdt veel van tuinieren. Zorgvuldig haalt hij 'dieven' uit de tomatenplanten. 'Dieven' zijn namelijk slecht voor

de groei van een tomaat, weet hij. Erik werkt niet alleen in de kas. Twee buurvrouwen, Yvonne en Joke, helpen iedere week mee.

"Het is ontzettend leuk om samen met de cliënten in de tuin te werken.

We zijn lekker bezig zo en het is altijd heel gezellig hier", zegt Joke. Erik duwt haar een schoffel in haar handen.

Joke gaat aan de slag, maar ze doet het niet goed.

"Je houdt de schoffel verkeerd vast", roept Erik.

"Hij moet andersom!"



Erik is trots op zijn druiven

De buurvrouwen willen dat het tuincentrum in de buurt de moestuin gaat sponsoren. "Zij geven ons dan gratis zaden en plantjes en wij maken reclame", legt Yvonne uit. Joke pakt een druif van een trosje. "Heerlijk, onbespoten, zoete druiven", zegt ze genietend.

"De buurttuin wordt steeds belangrijker", zegt Petra van Dongen.

Petra is begeleider op De Werkspecht.

"De cliënten van De Werkspecht doen veel in de buurt.



Buurvrouw Joke houdt de schoffel verkeerd vast



Sommige cliënten vinden dat een beetje eng.

Zij blijven liever in het dagcentrum. Daarom komen de burens nu naar ons toe.

Ze helpen mee in de moestuin en in de kas.

Samenwerken met de buurt wordt steeds belangrijker." ●

Joke en Yvonne snoepen van de heerlijk zoete druiven



De klas kreeg een rondleiding

Uit de kunst

K

Derk laat zijn werk zien



Pien vertelt wat een verstandelijke beperking is



Kunst kopen via internet

Derk Wessels is kunstenaar. Hij tekent en schildert in Reinaerde Ateliers De Wijde Doelen in Utrecht. Derk heeft een nichtje. Ze heet Pien Wessels. Pien is Derks favoriete nicht. Derk is Piens favoriete oom. Pien zit op basisschool De Zonnewereld. De Zonnewereld is een Jenaplan-school in Vleuten. Pien wilde haar klasgenootjes laten zien dat mensen met een beperking ook veel dingen kunnen. Daarom hield ze een spreekbeurt over haar oom Derk. Ze ging met de hele klas naar De Wijde Doelen.

Daar legde Pien uit wat een verstandelijke beperking is. "We hebben allemaal draadjes in ons hoofd. Bij mensen met een geestelijke handicap zijn 2 draadjes anders verbonden", zei Pien. "Dat is niet zielig. Zo zijn sommige mensen nu eenmaal en daar kan niemand iets aan veranderen." Na de spreekbeurt kreeg de klas een rondleiding door het atelier. "Ik vind het juist leuk dat deze schilderijen anders zijn dan andere", zei Pien.

Haar klasgenoten waren het helemaal met haar eens. Derk zelf liet de kinderen zien waar hij op dit moment mee bezig is. "Ik vind het heel erg knap gemaakt allemaal", vond een medeleerlinge.

Femke Riel is de moeder van Pien.

Derk is haar zwager. Samen met haar man Maarten heeft Femke een website gemaakt. Via deze website zijn de kunstwerken van De Wijde Doelen te koop. Femke: "Derk en zijn collega's maken de meest prachtige kunstobjecten. Helaas is hun werk niet altijd goed te vinden op het internet. Kopen is nog moeilijker. Daarom besloten we een webwinkel te maken. Zo kunnen mensen heel gemakkelijk de meest mooie kunstwerken kopen." De website heet: www.hetWerkvan.nl ●



Erik op de televisie met Johnny de Mol

Ik doe dit omdat ik zelf heel veel van films houd...

Filmliefhebber Erik bij SynDROOM

Erik van de Ridder werkt bij Reinaerde Kopieerservice De Boemerang in Leidsche Rijn. Bij Madame Tussaud in Amsterdam werd Erik verrast door Johnny de Mol. Erik mocht meewerken aan het programma SynDROOM. Johnny de Mol presenteert dit programma.

Brief

Erik schreef een mail aan Johnny. Hij houdt erg van films. "Mijn grootste droom is om filmregisseur te worden", vertelt Erik.

Johnny hielp hem daarbij. Bekende acteurs en goede cameramensen kwamen helpen. De opnames werden gemaakt op verschillende locaties. Het was een erg leuke dag

Verhaal

Erik schrijft zelf verhalen. Eentje daarvan is opgenomen voor de Reinaerde Kijker. Dat beviel Erik goed. Hij wil er graag mee verder gaan.



Erik op de filmset

"Mijn grote wens is nu uitgekomen", zegt Erik.

Trots

De uitzending was te zien op donderdag 11 september. Erik was erg trots dat hij op televisie kwam.

Wil je de uitzending nog bekijken? Dat kan op internet: www.rtlxl.nl. Zoek dan op SynDROOM en 11 september. ●