



Weet je niet goed hoe je je dag zinvol invult of heb je behoefte aan meer structuur? Wil je graag andere mensen ontmoeten of weer aan de slag? In Eindhoven is er een breed aanbod van activiteiten én ondersteuning voor iedereen. Je hebt daar geen indicatie van de gemeente of huisarts voor nodig. Basisdagbesteding heet dat. In deze rubriek stellen een aantal organisaties zich voor. Voor meer informatie en andere locaties waar je ook terecht kunt: scan de QR-code of kijk op eindhoven.nl/basisdagbesteding.



Iedereen voelt zich gehoord en gezien bij De Loods 040

Op het eerste gezicht is het een grote loods met mensen die werken aan tafels. Als je beter kijkt, zie je een explosie van creativiteit: sieraden van gordijnringsen, salontafels in alle soorten en maten, zelf gelaste kachels, glas in lood of tatoeages op nephuid. Maar wie denkt dat stichting De Loods 040 een hobbyclub is, heeft het mis. Deze basisdagbesteding begeleidt mensen met een psychiatrisch verleden.

De activiteiten zijn een middel om aan de eigen ontwikkeling te werken, zelfstandiger te worden en te leren omgaan met verantwoordelijkheden. “We zoeken naar interesses en kwaliteiten van mensen, we ‘trekken’ niet aan ze. Zo groeien ze op hun eigen tempo”, vertelt begeleider Dian de Visser.

Veilige sfeer

Stichting De Loods 040 creëert een rustige, veilige sfeer en res-

pecteert deelnemers zoals ze zijn. “Vanuit die veiligheid durven ze zich te ontwikkelen en ontdekken of herontdekken ze kwaliteiten van zichzelf”, legt Dian uit. “Daardoor krijgen ze meer zelfvertrouwen, komen ze stabiel in het leven te staan en stromen uit naar een opleiding of andere vervolgstap.”

Tweede familie

Maaïke is één van de veertig deelnemers, ze kwam hier omdat

ze veel piekerde. “Dan ga ik in mijn hoofd zitten en word ik depressief. De Loods is mijn tweede familie geworden. Je mag hier ook komen als je je niet goed voelt. Als ik me slecht voel, doet Dian ontspanningsoefeningen met me.”

Iets brengen

Via WJ Eindhoven of andere zorgverleners komen deelnemers bij De Loods 040. Het begeleidingsteam bestaat, naast Dian, uit drie medewerkers. “De psychiatrische problemen staan hier niet meer op de voorgrond. Mensen komen niet alleen iets halen, maar ook iets brengen. Iedereen voelt zich hier gehoord en gezien.”





Weet je niet goed hoe je je dag zinvol invult of heb je behoefte aan meer structuur? Wil je graag andere mensen ontmoeten of weer aan de slag? In Eindhoven is er een breed aanbod van activiteiten én ondersteuning voor iedereen. Je hebt daar geen indicatie van de gemeente of huisarts voor nodig. Basisdagbesteding heet dat. In deze rubriek stellen een aantal organisaties zich voor. Voor meer informatie en andere locaties waar je ook terecht kunt: scan de QR-code of kijk op eindhoven.nl/basisdagbesteding.



Kadoboetiek Create accepteert mensen zoals ze zijn



Bij Kadoboetiek Create op het Sint-Trudoplein 5 staat de deur letterlijk en figuurlijk altijd open. Je kunt er hebbedingetjes en zelfgemaakte cadeautjes kopen voor schappelijke prijsjes. Maar de Kadoboetiek van Zorgbureau Brabant is niet zomaar een winkel, het geeft deelnemers de kans langzaamaan weer het gewone leven op te pakken. Iedereen kan binnenlopen en vragen naar de mogelijkheden.

Niets voor niets is het motto 'leren en werken'. Alles wat in de winkel, het achterliggende atelier en de ruimte van de houtbewerking gebeurt, staat in het kader van vaardigheden opdoen.

Zelfs de ruimtes schoonmaken, samen koken, koffiezetten en de webshop onderhouden. Irma van de Koevering, oprichtster van Zorgbureau Brabant: "Iedereen die hier komt, werkt aan leerdoe-

len. De een wil sociaal beter uit de verf komen, anderen pakken een dagritme op naar vrijwilligerswerk of een betaalde baan."

Blij met dagritme

"We accepteren de deelnemers zoals ze zijn, maar we zijn wel duidelijk naar ze. Als we bijvoorbeeld merken dat iemand moeite heeft met samenwerken in de groep, nemen we deze persoon even apart. We wijzen onacceptabel gedrag af, niet de persoon in kwestie. We leren iemand hoe het beter kan", vertelt Irma. Een deelnemster is vooral blij met het dagritme dat ze hier krijgt. "Als ik dat niet had, zou ik mijn bed weer induiken. Ik leer hier op tijd komen, sociale contacten leggen en mijn grenzen aangeven. Ik vind het leuk om als verkoopster in de winkel te staan en met klanten om te gaan. Belangrijk voor mij is ook dat we respect hebben voor elkaar."



Weet je niet goed hoe je je dag zinvol invult of heb je behoefte aan meer structuur? Wil je graag andere mensen ontmoeten of weer aan de slag? In Eindhoven is er een breed aanbod van activiteiten én ondersteuning voor iedereen. Je hebt daar geen indicatie van de gemeente of huisarts nodig. Basisdagbesteding heet dat. In deze rubriek stellen een aantal organisaties zich voor. Voor meer informatie en andere locaties waar je ook terecht kunt: scan de QR-code of kijk op eindhoven.nl/basisdagbesteding.



Ook mensen groeien bij de Wasvenboerderij

Een groene oase, zo kun je de Wasvenboerderij in Tongelre met pakweg 24 hectare aan groen eromheen wel noemen. Behalve het kweken van groenten in de moestuinen en de kassen, onderhouden de deelnemers aan de basisdagbesteding ook de natuur in het voormalige kasteelbos en rond de natuurakkers. Het geeft ze voldoening en zingeving.

Ze hebben net de courgettes en pompoenen geoogst, die gaan naar de keuken van de Wasvenboerderij en verdwijnen daar in de biologische groentepakketten. In de werkruimte liggen walnoten en knoflook te drogen. Naast de bekende groenten verbouwen ze ook vergeten groenten, zoals schorseneren en zoete bataat.

Geen druk

Het werktempo is rustig, er ligt geen druk op de vrijwilligers. Mensen komen er als onder-

deel van een re-integratietraject of om onder de mensen te zijn. “Zoetjesaan krijgen we met elkaar veel gedaan. Het is niet alleen leuk hier, we halen ook doelen: groente telen en oogsten voor het Wasvenrestaurant”, vertellen Maaïke Kruijt, teamleider groen en Annemieke Chatrou, manager zorg. Op de Wasventuinderij zijn mensen heel concreet bezig en zien ze het resultaat van hun werk.

Goede sfeer

“Ik vind hier rust en ben niet met

mijn problemen bezig”, zegt een deelnemer. “De sfeer is goed, iedereen helpt elkaar. Het geeft zoveel voldoening om iets te doen voor anderen. Ik ben hier twee dagdelen per week, ik kan het iedereen aanraden.”

Maaïke en Annemieke: “Iedereen die hier komt heeft zijn eigen verhaal, zijn eigen rugzak. Hier is ruimte om weer aan zichzelf te mogen denken of zichzelf te zijn. We kijken naar wat iemand kan en stimuleren en motiveren. We willen planten én mensen laten groeien.”

