

HARTELIJK WELKOM BIJ NEHEMIA

Wij heten u welkom bij het pastoraal-therapeutisch begeleidings- en behandelingscentrum van Stichting Nehemia.

Nehemia biedt hulpverlening vanuit een christelijke levensovertuiging, in de vorm van een tijdelijk verblijf, ambulante hulp en begeleid wonen. Nehemia biedt deze hulp aan bij problemen en klachten op het gebied van de geestelijke gezondheidszorg.

Net zoals overal waar mensen samen leven en werken zijn er ook bij Nehemia bepaalde regels en gewoonten. We hebben geprobeerd om de noodzakelijke regels zo op te stellen dat een ieder zich daar zo goed mogelijk in kan vinden. De onderstaande regels zijn dan ook veel meer afspraken. Aan de andere kant zijn een aantal zaken ook door de wet verplicht gesteld. We hopen u door dit schrijven zo goed mogelijk op de hoogte te brengen van alle van belang zijnde zaken, zodat de hulpverlening goed kan verlopen.

Wij hopen dan ook dat u zult kunnen profiteren van ons aanbod en wensen u veel succes

Team van Stichting Nehemia

Afbeelding op de voorzijde:

Jezus en de Samaritaanse vrouw

Deze geschiedenis verhaalt van de ontmoeting die Jezus heeft met een, naar wij vermoeden, uitgestoten vrouw. Zij vindt bij Jezus begrip, acceptatie, geen veroordeling, maar bovenal genade. Door dit alles hervindt zij haar levenslust en zin en kan zij haar levenspad weer vervolgen.

(Herkomst en kunstenaar onbekend, afbeelding gevonden op de site van Partenia dit geldt ook voor de andere illustraties in dit schrijven)

WEEK- en DAGPROGRAMMA voor het verblijf

Het weekprogramma van maandag tot en met vrijdag heeft een vaste tijdsindeling en ziet er als volgt uit (wijzigingen zijn voorbehouden naar gelang de actuele situatie):

Het ochtendprogramma van maandag tot en met vrijdag:

8.00	uur	ontbijt tot 8.30 uur, waarna corvee volgens rooster
9.00	uur	stille tijd, mogelijkheid voor eigen gebed, cq. bijbellezen, stilte in het hele huis
9.30	uur	koffie/thee drinken in de huiskamer, deeltijdcliënten arriveren
10.00	uur	dagopening in de huiskamer (op vrijdag dagopening en weekterugblik/weekendvoorblik)
11.00	uur	corveetaken volgens rooster
12.30	uur	warme maaltijd in de eetzaal

Het middagprogramma:

Maandag:

13.00 - 13.30	uur	vrije tijd
13.45 - 15.00	uur	groepsgesprek (weekendevaluatie)
15.00 - 15.30	uur	schoonmaken van de eigen kamer

Dinsdag:

14.00 - 14.30	uur	huishoudelijk overleg tussen leiding en gasten
14.30 - 16.00	uur	uitvoeren van taken volgens rooster

Woensdag:

13.45 - 15.15	Uur	Eenmaal per 2 weken creativiteit
15.45 - 17.00	Uur	groepstherapie verblijf en ambulante (deelname op indicatie staf)

Donderdag:

13.30 - 16.00	Uur	eenmaal per 2 weken mogelijkheid tot consultering psychiater (in overleg met begeleider) de andere week van 13.30 - 14.30 sociale vaardighedentraining
---------------	-----	---

Vrijdag

		Geen programma, mogelijkheid tot vertrek richting huis of terugvaladres na de lunch
--	--	---

Op de vrijdag voor het verplichte vrije weekend is er de mogelijkheid 's morgens een weekendwijding te houden. De ochtend ziet er dan als volgt uit:

8.00 - 8.30	uur	ontbijt gevolgd door corvee
9.00 - 9.30	uur	stille tijd
9.30 - 10.00	uur	koffie / thee drinken
10.00 - 11.00	uur	Weekendvoorbereiding (overdenking en groepsgesprek)
11.00 - 12.00	uur	corvee
12.15 - 12.45	uur	middagmaaltijd brood, waarna start vrij weekend, uiterlijk 16.00 uur dient een ieder naar zijn weekendadres te zijn vertrokken

Maandag t/m vrijdag:

15.15	uur	gezamenlijk koffie/thee drinken
16.00	uur	vrije tijd
17.15	uur	Middag-/avondgebed in de kapel
17.30	uur	avondeten; daarna vrije tijd, in overleg activiteiten buitenshuis mogelijk op donderdag begint de maaltijd soms wat later i.v.m. het groepsuitje
20.00	uur	gezamenlijk koffie/thee drinken in de huiskamer
20.30	uur	Dagsluiting op dinsdag en op donderdag; daarna vrije tijd, in overleg activiteiten buiten het centrum
22.00	uur	de gasten moeten weer op het terrein cq. in het huis zijn
22.30	uur	de lichten gaan uit in de centrale ruimtes en de gasten gaan naar hun kamer
23.00	uur	stilte in huis

De individuele begeleidings- en behandelingsgesprekken lopen door het dagprogramma heen.

In het weekend is er een ander programma. Er zijn dan geen begeleidingsgesprekken. Er dienen echter wel enige corveetaken te worden verricht om het huishouden op gang te houden. De bewoners zijn in het weekend in principe vrij om hun tijd naar eigen goeddunken in te delen. Er zijn echter wel tijdstippen vastgesteld voor de gezamenlijke maaltijden en koffie en thee

drinken.

In het weekend is het programma als volgt:

Zaterdag:

10.00	uur	ontbijt en koffie/thee drinken
13.00	uur	middageten
15.30	uur	koffie/thee drinken
18.00	uur	avondeten
19.45	uur	koffie/thee drinken
23.00	uur	alle bewoners gaan naar hun kamer

Zondag:

9.00 of 9.30	uur	ontbijt
9.30	uur	vertrek naar kerkdienst van eigen keuze
12.30	uur	middageten en koffie/thee drinken
16.00	uur	koffie/thee drinken
17.30	uur	avondeten
22.30	uur	alle bewoners gaan naar hun kamer

Het programma is in principe voor alle gasten verplicht, al kunnen er wel naar gelang uw individuele situatie uitzonderingen worden gemaakt of vrijstellingen worden verleend. Om de continuïteit niet in gevaar te laten komen is het nodig dat een ieder zich aan de voorgeschreven tijden houdt.

De weekenden

Het is mogelijk het weekend naar huis te gaan. Wij raden dit meestal ook aan, om thuis in de praktijk te brengen wat u door de week hebt geleerd. Soms is het echter niet haalbaar of wenselijk de weekenden naar huis te gaan. U kunt dan op het centrum blijven.

Als u het weekend thuis bent geweest dient u **op maandag uiterlijk om 9.30 uur weer op Nehemia terug te zijn. U kunt natuurlijk ook zondag terugkomen.** Per 2 weken is er een 'vrij weekend'. Het is de bedoeling dat alle gasten dan naar hun eigen huisadres, of naar familie of vrienden gaan. Op deze manier is men in de gelegenheid het contact te onderhouden met de eigen familie en leefomgeving. Het huis van Nehemia is tijdens dit weekend van vrijdagmiddag (vanaf ongeveer 14.00 uur) tot maandagmorgen (ongeveer 9.30 uur) geheel leeg. Er is dan ook geen staf aanwezig. We verwachten onze gasten na het vrije weekend **tussen 9.30 uur en uiterlijk 12.30 uur** weer terug. Het is dus niet mogelijk om, zoals bij de andere weekenden, op zondagavond retour te komen naar Nehemia.

Terugvaladres

Het is een voorwaarde dat onze gasten een terugval- cq. thuisadres hebben. Dit in verband met

het vrije weekend eenmaal per 2 weken wat elders moet worden doorgebracht. Maar ook indien het verblijf om wat voor reden dan ook moet worden beëindigd, zult u ergens anders naar toe moeten kunnen gaan. Als u bij Nehemia komt, verklaart u zich akkoord met onze algemene voorwaarden en huisregels, dus ook met de bepaling dat u een terugvaladres hebt. *Wij beschouwen het dan ook niet als onze verantwoordelijkheid hiervoor te zorgen, maar gaan er vanuit dat u dit zelf hebt geregeld.*

Voor een aantal gasten die bij Nehemia worden opvangen geldt dat zij geen ander adres meer hebben. Dit is dan juist de reden van het verblijf bij ons. Zij kunnen de weekenden op het centrum blijven, mits de huisregels worden nageleefd. Hierover maken wij dan een duidelijke afspraak met de betreffende gast. Wij verwachten in dit verband een zelfstandigheid en verantwoordelijkheid voor de eigen situatie, die van andere gasten en voor het huis en bezittingen van de stichting.

Achterwacht

Het kan voorkomen dat er op bepaalde momenten geen begeleiding in het huis aanwezig is. Dit geldt zeker voor de vrije weekenden, maar soms ook 's avonds. Wij verwachten van onze gasten dat zij in ieder geval een aantal uren zonder direct toezicht kunnen zijn, en dat er dan geen ongewenste situaties ontstaan. Van een aantal gasten kan ook worden verwacht dat zij een geheel weekend op het begeleidingscentrum kunnen zijn zonder toezicht of aanwezigheid van de begeleiders. Dit wordt dan duidelijk met hen afgesproken, bv. in het kader van begeleid kamer wonen. Indien nodig kan in deze situaties de mobiele achterwacht worden gebeld. Dit kan echter alleen voor noodgevallen.

Verzekering

Wij gaan er vanuit dat, als u bij Nehemia uw verblijf gaat houden, u verzekerd bent voor **ziektekosten** en voor **wettelijke aansprakelijkheid**.



BELANGRIJKE DINGEN WANNEER U BIJ NEHEMIA KOMT VOOR EEN VERBLIJF

De volgende zaken zijn belangrijk om te weten wanneer u bij Nehemia hulpverlening gaat

krijgen in de vorm van een verblijf:

Zaken om mee te nemen:

- een Bijbel
- schrijfmateriaal en papier
- toiletartikelen
- wekker
- kleding
- een geldig bewijs van ziektekostenverzekering
- een geldig identificatiebewijs (paspoort, ID-kaart of rijbewijs)
- een verwijsbrief van de huisarts
- indien u medicatie gebruikt, een voorraad voor twee weken
- naam, adres en telefoonnummer van uw dominee/predikant/pastor/voorganger/pastoraal werker, huisarts en/of specialist, eventuele verslagen van eerdere hulpverlening

Zaken waar wij voor zorgen:

- handdoeken en beddengoed
- indien nodig, beheer en bestellen van medicijnen
- contacten met de huisarts/specialist en/of (pastorale) begeleiders, indien nodig, en na overleg met de betrokken gast

Financiering van het verblijf van Nehemia

U heeft, als het goed is, in de intakefase een folder van ons gehad betreffende de financiering van Nehemia. Mocht dit niet het geval zijn, vraag ons hier dan om. Het is belangrijk dat u op de hoogte bent van hoe de financiering verloopt.

Kosten over de eerste twee weken:

Als een nieuwe gast op Nehemia wordt opgenomen, dan dienen de huisvestingskosten over de eerste twee weken reeds te zijn voldaan. Deze moeten dus vooraf worden betaald, maar kunnen ook op de dag van opname worden voldaan. De hoogte van dit bedrag verneemt u via de administratie.

Klachtenreglement:

Stichting Nehemia heeft een klachtenreglement. Dit ligt ter inzage op het kantoor. Indien u van mening bent dat u tijdens uw verblijf bij Nehemia onheus behandeld wordt cq. bent, is het mogelijk een klacht in te dienen. Het klachtenreglement beschrijft de gang van zaken hieromtrent.

Federatie Evangelische Opvangcentra:

Stichting Nehemia is lid van de Federatie Evangelische Zorginstellingen (FEO). Dit waarborgt een zekere kwaliteit van de aangeboden behandeling en begeleiding.

Dossiervorming, recht op inzage en recht op correctie van gegevens

Gedurende uw verblijf bij Nehemia wordt een dossier aangelegd, met hierin verslagen en behandelplan. Dit dossier dient gegevens te bevatten die helpen uw doelen te realiseren en als zodanig dient u achter deze gegevens te kunnen staan. U heeft dan ook recht om te vragen dat gegevens worden gecorrigeerd als u vindt dat deze niet correct zijn weergegeven. Het dossier

wordt 10 jaar bewaard en daarna vernietigd. U heeft het recht om het in te zien. U kunt zelfs vragen om vernietiging van uw dossier, wij moeten dit dan binnen drie maanden doen. Gegevens over de financiering worden echter wel bewaard, hetzelfde geldt voor het verzoek tot vernietiging.

Het dossier wordt op een veilige plaats bewaard en is alleen toegankelijk voor hen die hiertoe volgens hun werkzaamheden toegang tot behoren te hebben. In de praktijk zijn dit meestal de hulpverleners. Indien u uw dossier wenst in te zien dient u hiervoor een afspraak te maken. Inzien geschiedt altijd in aanwezigheid van een begeleider van Nehemia. Indien u een kopie wilt van uw dossier kan hiervoor een gepaste vergoeding worden gevraagd.

Begeleidings- en behandelingsplan

In de eerste weken zal met u worden gesproken over de punten waar u met hulp van Nehemia aan gaat werken. Uw hulpvraag, de werkpunten en hoe daaraan gewerkt gaat worden, worden vastgelegd in een begeleidingsplan. Dit is als het ware de rode draad voor uw verblijf. Dit begeleidingsplan zal regelmatig worden geëvalueerd en zonedig worden bijgesteld.



Toestemming

Voor alles wat binnen Nehemia gebeurt is uw toestemming nodig. Uw toestemming is echter pas geldig als u door ons voldoende bent geïnformeerd. Wij hebben daarom een informatieplicht tegenover u. Zonder uw toestemming mogen wij geen acties ondernemen. Wij zullen u daarom vragen een toestemmingsverklaring te ondertekenen en bij meer ingrijpende interventies nogmaals uw toestemming vragen. Voor kleinere handelingen kan uw toestemming worden verondersteld, bv. het bestellen van medicatie als de voorraad op is.

Uw plicht

U heeft volgens de wet de plicht ons te informeren over alles wat van belang kan zijn in het

kader van een goede hulpverlening. Houd dus geen informatie achter die belangrijk kan zijn.

Christelijke identiteit

Nehemia biedt hulp vanuit een christelijke levensovertuiging. U hoeft deze overtuiging niet te delen om te kunnen profiteren van de hulpverlening. Wij vragen wel respect voor onze overtuiging en verwachten van onze cliënten, zeker degenen die een verblijf hebben of begeleid wonen bij Nehemia doen, dat zij geen handelingen verrichten die ingaan tegen de christelijke levensovertuiging van de stichting.

HUISGEWOONTEN OP NEHEMIA IN GEVAL VAN EEN TIJDELIJK VERBLIJF

1. Alcohol

Het gebruik van alcohol in en buiten het huis is niet toegestaan. Voor sommige bewoners geldt namelijk dat hun hulpvraag een relatie heeft met alcoholgebruik. Met 'buiten' bedoelen wij de situatie dat men bijvoorbeeld naar de stad gaat of gezamenlijk een (mid)dagje uit is met de groep. Deze regel geldt voor alle bewoners gedurende de hele periode van hun verblijf op Nehemia, dus ook tijdens de vrije weekenden. Om dezelfde reden is ook het bezoeken van een café, discotheek of automatenhal niet toegestaan.

2. Roken

Binnen het huis is het niet toegestaan om te roken. Dit in verband met het brandgevaar, en met het oog op medebewoners, die dit niet altijd prettig vinden, en/of die zelf willen stoppen met roken. Indien een bewoner wenst te roken, dan kan hij of zij dit buiten doen. Roken mag echter alleen buiten de programmatijden gebeuren en dus altijd buiten.

3. Eten

Tijdens de maaltijden kan men zich heerlijk en ruimschoots te goed doen aan wat er aangeboden wordt. Buiten de maaltijden is het daarom niet nodig en toegestaan etenswaren van Nehemia te gebruiken, of extra boterhammen klaar te maken voor een later tijdstip op de dag. Uitsluitend op medische indicatie kan er op het bovenstaande een uitzondering worden gemaakt. Het is natuurlijk wel mogelijk dat u zelf enige levensmiddelen inkoopt, bijvoorbeeld fruit, en deze in de gastenkoelkast of op uw kamer bewaart. Er kan beperkt rekening worden gehouden met wensen op het gebied van een dieet. Dit kan slechts in geval er een medische noodzaak is bepaalde producten wel of niet te nuttigen.

Nehemia verstrekt elke week €15,- aan de groep aanwezige gasten voor de aanschaf van chips en fris. De weekbegeleider is verantwoordelijk voor het beheer en de verantwoording van dit budget. De chips en de frisdrank mag 's avonds worden genuttigd.

4. Uw kamer

We streven ernaar om iedere gast zoveel mogelijk een eigen kamer te geven. Het kan echter wel eens voorkomen dat gevraagd zal worden de kamer met een andere gast te delen. Dit geldt in het bijzonder voor onze mannelijke gasten, maar is dan slechts bij hoge uitzondering.

We hebben liever niet dat met behulp van plakband, spijkers of punaises kaarten of posters aan de muren, plafonds, deuren en kozijnen van de kamers worden geprikt of geplakt. Dit om de kamers zo netjes mogelijk te houden, ook voor de gasten die na u op de kamer zullen verblijven.

Bij de staf kunt u een sleutel van uw kamer krijgen. Wij vragen u een borg voor de sleutel (€ 16,-) welke u bij uw vertrek terugontvangt als u de sleutel inlevert.

Wij willen u vragen uw kamer bij vertrek schoon achter te laten. Uw kamer zal bij vertrek worden gecontroleerd door één van onze medewerkers. Mochten er veel beschadigingen zijn, of als schoonmaken door ons noodzakelijk is, dan worden de kosten hiervoor met u verrekend. Voor het schoonmaken geldt een tarief van € 16,-

5. Medicijnen

De medicijnen worden beheerd en zonodig besteld door de staf. De bewoners die medicatie gebruiken krijgen deze verstrekt in een medicatiedoosje, welke de medicijnen voor een hele week bevat. Wanneer nieuwe medicijnen nodig zijn, kan dit alleen op het recept van een arts. Het is de bedoeling dat u, als u als nieuwe gast op Nehemia komt, een voorraad medicijnen voor twee weken meeneemt.

6. Televisie

Er kan televisie gekeken worden om op de hoogte te blijven van nieuws, actualiteiten en sport. Het is niet de bedoeling dat er overdag televisie wordt gekeken. Overig gebruik van de televisie gebeurt in overleg met de staf. Niet alle televisieprogramma's zijn namelijk bevorderlijk voor het creëren en handhaven van een huiselijke sfeer. Hetzelfde geldt voor het draaien van videobanden. Dit laatste gaat in overleg met de staf. Het is niet toegestaan om zonder meer eigen videobanden of DVD's in de huiskamer af te spelen.

7. Rekeningen

Wanneer iemand als gast op Nehemia arriveert, wordt verwacht dat de huisvestingskosten over de eerste twee weken van het verblijf op Nehemia zijn voldaan. Wanneer rekeningen worden gegeven, hopen wij dat deze zo spoedig mogelijk worden betaald. Een achterstand van betalingen mag niet langer voortduren dan zes weken. Is dit wel het geval dan wordt het verblijf beëindigd op initiatief van de staf. Tevens wordt rente berekend over het achterstallige bedrag. Mocht u echter financiële moeilijkheden hebben, dan kunt u met de leiding praten over een mogelijke betalingsregeling. Ook is er vanuit Nehemia enige hulp mogelijk bij het zoeken van financiële bronnen om de kosten van het verblijf te vergoeden.

Vanuit de wet bent u zelf verantwoordelijk voor het regelen van een financiële vergoeding voor de kosten zoals die worden gemaakt in het kader van de hulpverlening

8. Opslag

Bij het vertrek van een gast van Nehemia komt het wel eens voor dat niet alle persoonlijke

bezittingen in één keer meegenomen kunnen worden. De verschillende zaken die dan achterblijven kunnen in overleg met de staf even blijven staan op Nehemia, in een daartoe aangewezen ruimte. Toch is het voor ons moeilijk dit langer dan één maand te doen. Mocht deze periode dreigen te verstrijken, neem dan even contact met ons op.

Stichting Nehemia neemt geen verantwoordelijkheid voor beschadiging of het verdwijnen van uw persoonlijke bezittingen. U dient zelf zorg te dragen voor de door u meegebrachte eigendommen. Dit geldt zowel gedurende uw verblijf, maar ook als u een deeltijdbehandeling heeft en, ten slotte, ook indien uw eigendommen bij ons staan opgeslagen.

9. Muziek

Om de identiteit en sfeer van en in ons centrum te waarborgen, en omdat een ieder zijn eigen smaak heeft, is er afgesproken om in de gezamenlijke huiskamer alleen muziek te draaien van de Cd-verzameling van het huis. Het is echter wel mogelijk dat u zelf een muziekinstallatie meebrengt en uw favoriete muziek op uw eigen kamer beluistert.

10. Telefoon

Via de gastentelefoon (*dit is een geheim nummer*) kunt u naar buiten bellen en anderen kunnen u bereiken. Het is echter niet de bedoeling dat men tijdens de programmaonderdelen telefoneert. Dit geldt ook voor gebruik van mobiele telefoons. De beste tijd om te bellen en gebeld te worden is vanaf 16.00 uur, na afloop van het programma. Het is ook praktisch als u dit doorgeeft aan familie en vrienden. Als u iemand moet bellen tijdens programma-uren, is het goed dit eerst even met de leiding te overleggen. Dit geldt natuurlijk niet voor het weekend. Na 22.15 uur is het in principe niet meer toegestaan telefoongesprekken te voeren, uitzonderingen daargelaten.

Om te zorgen dat iedereen in de gelegenheid is om te bellen via de gastentelefoon, dan wel gebeld te worden, geldt de afspraak om niet langer dan ongeveer 20 minuten te bellen.

11. Kleding wassen

Op de eerste verdieping bevinden zich een wasmachine en droger voor gebruik door de gasten. U kunt munten hiervoor kopen bij de staf. Bij de prijs zit een zakje waspoeder inbegrepen (wasmunt € 2,50; droogmunt € 1,50). Op zolder zijn waslijnen bevestigd om uw gewassen kleding op te hangen. Het is niet de bedoeling dat natte kleding in uw kamer opgehangen wordt.

12. Bezoek

Het is fijn als u bezoek krijgt van familie en vrienden. Om het programma niet te verstoren, ook

voor de andere gasten, is de beste tijd voor bezoek na 16.00 uur of in het weekend. Dan kunt u eventueel ook op stap met uw bezoek. Wij willen u verzoeken om, indien mogelijk, aan te geven als u bezoek verwacht, zodat wij hiermee rekening kunnen houden.

Als uw gast(en) een maaltijd wil(len) gebruiken op Nehemia, dan willen wij dit graag van te voren weten, zodat wij kunnen zorgen dat er voldoende etenswaren aanwezig zijn. Indien uw bezoek een maaltijd op Nehemia gebruikt, dan zijn hier enige kosten aan verbonden, te weten € 1,50 voor een broodmaaltijd, en € 2,50 voor een warme maaltijd. Deze kosten kunt u vergoeden bij de aanwezige leiding.

Het is niet toegestaan bezoek op uw kamer te ontvangen. Deze regel geldt ook voor alle huisgenoten onderling. Het is natuurlijk wel mogelijk dat u uw bezoek even uw kamer laat zien.

13. Medegasten

Tijdens uw verblijf op Nehemia is het niet toegestaan om een intieme relatie/verhouding met een medegast aan te gaan. De ervaring heeft ons namelijk geleerd dat dit ten koste van de hulpvraag gaat. Mocht het bovenstaande wel voorkomen, dan zal één van de beide partners, in overleg met de staf, het programma en het centrum helaas moeten verlaten.

Het wordt voorts aangeraden om zoveel mogelijk met een ieder van de groep op te trekken. De groep functioneert namelijk als een therapeutisch leefkader waarin veel valt te leren op het gebied van communicatie met andere groepsleden, samenwerking en overleg. Op deze wijze heeft u het meeste profijt van uw verblijf.

14. Brandpreventie en brandalarm

Ter preventie van brand gelden de volgende regels:

- a. in het huis van Nehemia mag niet worden gerookt
- b. in het huis mogen geen activiteiten worden ondernomen die rook of vlammen geven
- c. koken altijd met de afzuiger aan

Bij brandalarm geldt het volgende ontruimingsplan:

- a. reageer altijd op een brandalarm
- b. iedereen verlaat het huis zo snel mogelijk, bij voorkeur via branddeuren en brandtrappen

- c. help elkaar naar buiten te komen
- d. verzamelen bij de achteringang op het schoolplein
- e. ga nooit terug een brandend pand in, maar houdt voldoende afstand tot het pand
- f. wachten op instructies van de staf

Het hele programma is in principe verplicht voor alle gasten. Naar gelang de persoonlijke situaties kunnen echter uitzonderingen worden gemaakt.

1. De eerste dagen

Op één van de eerste dagen van uw verblijf zal een medebewoner u wegwijs maken in het huis. Op deze manier heeft u direct contact met iemand, en u voelt zich hopelijk sneller thuis in het reilen en zeilen van Nehemia. In de eerste twee weken heeft u met de staf oriënterende gesprekken. Deze gesprekken beogen uiteindelijk te resulteren in een begeleidingsplan.

2. Proefperiode

De eerste veertien dagen van het verblijf op Nehemia gelden als een proefperiode. Deze proefperiode is bedoeld om van beide kanten tot overeenstemming te komen over de aard en de inhoud van de hulpvraag en de richting van begeleiding. Wordt er tussen beide partijen overeenstemming bereikt, dan loopt de proefperiode door in het gewone verblijf.

3. Begeleiding en behandeling

Na de eerste 14 dagen van uw verblijf krijgt u met de begeleider een evaluerend gesprek. Tevens is er een evaluatiegesprek in de groep. U kunt dan samen bespreken hoe deze eerste 14 dagen zijn verlopen. Er wordt ook met u doorgenomen, wat uw verwachtingen en doelen zijn, waarvoor u op Nehemia bent gekomen. Als er wordt overgegaan tot een definitief verblijf, dan zal er één keer per twee maanden opnieuw geëvalueerd worden, of deze doelen bereikt worden, en of het begeleidingsprogramma bijgesteld moet worden. Van u wordt dan verwacht dat u zelf een eigen evaluatieverslag opstelt. Zo bent u zelf actief betrokken bij uw persoonlijke begeleiding en hulpvraag. In het algemeen zal steeds gelden dat u samen met de begeleiders/behandelaren zult moeten komen tot een werkbaar behandel-/begeleidingsplan.

4. Huisarts

Dr. V. van Vliet, huisarts te Heerhugowaard (praktijkhoudend Hortensialaan 166, 1702 KJ te Heerhugowaard) is consultatief verbonden aan Nehemia. Indien nodig kan hij geraadpleegd worden bij vragen op medisch gebied. Dit contact loopt altijd via de staf. De benodigde gegevens over uzelf, die voor de huisarts van belang zijn, worden door ons aan de huisarts doorgegeven. Dr. van Vliet zorgt ook voor de verlenging en de bestelling van medicatie.

Indien u dit zelf prettiger vindt kunt u voor lichamelijke klachten natuurlijk ook uw eigen huisarts raadplegen. Bij niet-dringende zaken raden wij dit ook aan, dit om dr. van Vliet niet te zeer te belasten. Bij meer dringende zaken kan hij wel worden geconsulteerd. Bestelling van medicatie blijft echter omwille van het overzicht via dr. Van Vliet lopen. Het is altijd mogelijk dat er overleg is tussen uw huisarts en het team van Nehemia.

Indien u geen geldig inschrijvingsbewijs kunt laten zien, is het in principe niet mogelijk ingeschreven te worden in de praktijk van dr. Van Vliet, en kunt u dus ook geen huisartsenzorg van hem ontvangen. Zorg daarom voor een geldig bewijs van ziektekostenverzekering.

5. Psychiater

Wanneer u en/of de begeleider het nodig acht(en) de psychiater te raadplegen bij de behandeling van het betreffende probleem, dan is dit mogelijk. In vele gevallen zal dit verlopen via Dr. B.M. Sonnenschein, een christenpsychiater die zijn praktijk in Hilversum heeft, en consultatief aan Nehemia verbonden is. Eén keer per twee bezoekt Dr. Sonnenschein het centrum. Het is dan ook nodig dat u voor uw komst op Nehemia een verwijfskaart voor de psychiater bij uw huisarts vraagt.

In het kader van de financiering van Nehemia zult u dr. Sonnenschein moeten zien voor een zogenaamde indicatiestelling. Dit is een kort gesprek over de reden dat u bij Nehemia bent. Dr. Sonnenschein schrijft hiervan een verslag. Als u een eigen psychiater, of andere behandelaar heeft, staat de mogelijkheid tot overleg met uw begeleider in Nehemia altijd open.

6. Pastoraat

Wij zijn als pastoraal-therapeutisch begeleidingscentrum, gericht op hulpverlening vanuit de boodschap van het Evangelie, waarin het volbrachte werk van de Here Jezus, de centrale plaats inneemt: de Bron van leven en heling. De boodschap van het Evangelie m.b.t. uw leven en herstel kan in de persoonlijke gesprekken aan de orde komen, naast de therapeutische, inzichtgevende en structuregevende begeleiding en behandeling.

Het pastorale aspect komt nadrukkelijk tot uiting in de *dagopeningen*, waarin wordt gekeken naar wat de Bijbel ons aanreikt in onze (vaak problematische) situatie van het heden. Tevens is er de mogelijkheid voor gebed. De begeleiders bieden dit aan, maar u kunt er ook zelf om vragen. De dagopeningen kunnen bestaan uit samenzang, gebed, bijbellezen, een uitleg en een gesprek hierover.

Van maandag tot en met donderdag is er 's middags om 17.15 uur tot 17.30 uur een *middag-/avondgebed*. Dit is een verplicht onderdeel van het programma en bestaat uit een korte lezing uit de Bijbel en een kort gebedsmoment. De staf van Nehemia leidt dit moment. Het middag-/avondgebed vindt plaats in de kapel.

Op dinsdag en donderdag is er 's avonds om 20.30 uur korte dagsluiting in de huiskamer, bestaande uit een korte Bijbellezing en een gezamenlijk gebed.

Nehemia beoogt een huis te zijn waar mensen, van welke kerkelijke richting ook, zich thuis voelen. Binnen Nehemia gaat het dan ook niet om typische kerkelijke standpunten. We kijken naar de persoon Die ons samenbrengt en samenbindt: de Heer Jezus Christus.

Nehemia beschikt over een *stilteruimte cq. kapel*. Deze is bedoeld voor eigen persoonlijke gebedstijd en voor het gezamenlijke middag-/avondgebed, verder niet voor andere samenkomsten of vieringen. Het is de bedoeling dat het in de kapel meestal stil blijft. U kunt gebruik maken van de kapel tijdens de persoonlijke stille tijd 's ochtends, of buiten de gewone programmatijden.

Hoewel de mens veel van God mag verwachten, sluit dit de eigen inzet en verantwoordelijkheid niet uit. Nehemia staat voor "ora en labora", bid en werk. Of, zoals Franciscus van Assisi eens heeft gezegd; "bidden alsof alles van God afhangt, werken alsof alles van onszelf afhangt".

7. Groepsgesprekken

Drie keer in de week vindt er een groepsgesprek plaats. Deze besprekingen hebben elk een eigen karakter. Op maandagmiddag is er een weekendterugblik, op woensdagmiddag een groepstherapie voor door ons hiertoe geïndiceerde gasten, op vrijdagochtend een weekevaluatie- en weekendbespreking. Tevens is er een wekelijkse huishoudelijke vergadering tussen staf en gasten. Dit heeft de status van een cliëntenberaad. Belangrijk in de groepsgesprekken is dat hierin een mogelijkheid wordt geboden groepsgericht te werken aan uw hulpvraag.

8. Kerk en gemeente

Als pastoraal-therapeutisch begeleidingscentrum is Nehemia betrokken bij verschillende kerken en kerkelijke gemeenten in en rond Heerhugowaard. Het bezoeken van een kerkviering op de zondagochtend is, in het kader van de pastorale begeleiding, iets wat wij van de gasten verwachten. U bent geheel vrij in uw keuze welke kerk u bezoekt.

9. Corvee en huishoudelijke taken

Het samenleven in een huis brengt ook het nodige werk aan corvee en taken met zich mee om het huishouden draaiende te houden. Corvee heeft betrekking op dat wat rondom maaltijden en koffie/theedrinken plaatsvindt, met taken bedoelen we schoonmaken en onderhoudswerk.

Zowel van de mensen die bij Nehemia verblijven, als van de mensen die voor een deeltijdbehandeling komen wordt verwacht dat zij meehelpen in de corvee en de taken. Motto hierbij is 'samen leven, samen zorgen, samen werken'. De staf van Nehemia kan met gasten die naar redelijkheid geen of minder corvee en/of taken kunnen doen afwijkende afspraken maken hierover.

De huishoudelijke taken dienen te worden gedaan dagelijks van 11.00 uur tot 12.30 uur, en op de dinsdagmiddag van 14.30 tot 15.30 uur. Corvee rondom maaltijden en koffie/theedrinken dient vanzelfsprekend te gebeuren voor en na de tijden, dat deze genuttigd worden.

Het doen van corvee en taken heeft, naast het feit dat het goed is zorg te (leren) dragen voor de eigen leefomgeving, ook tot doel te leren (samen)werken in een ritme en een structuur. Het is in dat opzicht een voorbereiding op zowel het voeren van een eigen huishouding, als op het functioneren in een werksituatie.

Op dinsdagmiddag van 14.00 uur tot 14.30 uur is er overleg tussen staf en gasten over de voorkomende huishoudelijke zaken.

Eenmaal per twee weken dienen de gasten zorg te dragen voor de warme maaltijd. Dit is op de donderdag dat de psychiater Nehemia bezoekt. Eén gast is volgens een vastgestelde lijst

verantwoordelijk voor de maaltijdbereiding, maar mag hulp vragen aan de andere gasten. Dit is een verplichte taak.

10. Weekbegeleider

Nehemia kent de functie van weekbegeleider. Deze functie wordt elke week door een andere gast van het interne verblijf vervuld. Hieraan gekoppeld zijn duidelijk omschreven leerdoelen waaraan de betreffende gast door middel van het weekbegeleiderschap kan werken. Te denken valt aan zaken op sociaal-emotioneel-communicatief gebied.

Het weekbegeleiderschap betreft het gedurende één week plannen, coördineren, begeleiden en controleren van het corvee in het huis. Het is een **verplichte taak**, mits iemand om een duidelijke reden deze taak niet kan vervullen.

Men komt aan de beurt volgens een vastgestelde lijst. Op dinsdagmiddag, tijdens het huishoudelijk overleg, wordt de taak van weekbegeleider voorbesproken en de week daarop geëvalueerd.

11. Stille tijd

Elke ochtend in de week heeft u de gelegenheid om stille tijd te houden. Deze tijd, van 9.00 uur tot 9.30 uur, is bedoeld om in stilte, door gebed en bijbellezen, uw persoonlijk geloof te verdiepen. Wij zien dit als een belangrijk onderdeel van het dagprogramma. Van iedere gast wordt verwacht dat hij/zij de stilte in huis bewaart, en ook andere gasten niet aanspreekt gedurende deze tijd. U kunt de stille tijd op uw kamer doorbrengen, maar ook buiten het centrum. U bent vrij deze tijd in te vullen zoals u dat zelf wilt. U kunt echter ook de stille tijd gebruiken om de dagopening van de vorige dag nog eens te laten passeren, en u zo voor te bereiden op de dagopening die gaat komen.

12. Beëindiging van het verblijf

Het is ons streven dat u bij Nehemia er in slaagt die dingen te veranderen die een prettig en gezond functioneren belemmeren. Hiertoe wordt in overleg met u een begeleidingsplan gemaakt, met daarin opgenomen uw werkpunten en doelstellingen. In de meest ideale situatie gaan gasten pas naar huis als hun begeleidingsplan is bereikt. Er zijn echter ook situaties waarin wij als staf van Nehemia niet verder kunnen met gasten die bij ons verblijven. Het kan bv. zo zijn dat we in de eerste twee weken niet tot overeenstemming komen over de inhoud van het begeleidingsplan, over wat er moet veranderen. Het kan dan zijn dat we samen met de gast tot de conclusie komen dat Nehemia niet de juiste plaats is. Het verblijf wordt dan in overleg beëindigd. Zonder overeenstemming over wat er aan de hand is en wat er moet veranderen is een verblijf bij Nehemia namelijk weinig zinvol. Er kunnen hiernaast ook situaties ontstaan waarin het leefklimaat en de onderlinge verhoudingen dermate onder druk komen te staan dat wij het als begeleiders niet meer verstandig vinden het verblijf door te laten gaan. Dit geldt in de volgende gevallen:

- gebruik van drank en drugs, ongeacht soort, hoeveelheid of frequentie van het gebruik
- elke vorm van agressie of geweld naar medegasten of begeleiders
- indien er sprake is van een (seksuele) relatie tussen gasten zal in ieder geval één van beiden het verblijf moeten staken
- indien er rekeningen inzake het verblijf bij Nehemia langer dan zes weken onbetaald blijven, en er geen poging wordt ondernomen dit op te lossen
- bij (ernstige) vormen van zelfbeschadiging
- bij suïcidale neigingen of gedrag
- in het algemeen bij situaties waarin gasten zich onttrekken aan het pastoraal-therapeutisch programma en de huisregels, en niet meer benaderbaar, aanspreekbaar en corrigeerbaar hierin zijn.

In al deze gevallen is de basis voor een goede samenwerking aangetast, en is er dus geen gezond open contact meer om problemen op te lossen. Het verblijf zal dan ook vrij snel worden beëindigd als er sprake mocht blijken te zijn van het bovenstaande. De staf van Nehemia behoudt zichzelf het recht voor dit eenzijdig, dus op eigen initiatief te doen. Wij zijn ons ervan bewust dat bovenstaande nogal fors staat beschreven. Wij hebben echter geenszins de intentie u schrik aan te jagen. Wij willen slechts het belang benadrukken van een open samenwerking tussen groepsleden en stafleden. Het is onze stellige overtuiging en ervaring dat daar waar zaken in het licht mogen worden gezet, een aanzet tot genezing is gegeven.

13. Evaluatie na 14 dagen

Na ongeveer 14 dagen zal er een evaluatiemoment zijn. De volgende vragen kunnen dan aan bod komen:

Hoe heeft u het verblijf tot nu toe ervaren?

Wat is de reden dat u bij Nehemia bent?

Wat is uw hulpvraag?

14. Begeleid kamer wonen

Het is mogelijk in het begeleidingscentrum begeleid op kamers te wonen. Met name moeders met kind(eren) maken hier gebruik van, maar ook (jongere) mensen die een zelfstandigheidstraining volgen. Hiervoor gelden dezelfde regels en afspraken zoals die ook voor het tijdelijk verblijf gelden. Uw begeleider zal met u een begeleidingsplan afspreken met daarin de voor u specifieke werkpunten.

Cliënten in het begeleid kamer wonen hebben doorgaans meer vrijheid, maar wij vinden het wel belangrijk contact te blijven houden. Dit in het kader van de voortgang van de hulpverlening. Hiertoe zijn de volgende afspraken opgesteld:

- de eerste twee weken eet de cliënt die voor begeleid kamer wonen bij Nehemia komt alle maaltijden mee in de groep met andere gasten
- na twee weken kan eventueel worden begonnen met zelfstandig koken en eten
- de dagopeningen, dagsluitingen en koffie- en theemomenten dienen in de eerste twee

- weken te worden bijgewoond
- ook na de eerste twee weken dienen de ochtend- en avond koffie/thee met de groep te worden genuttigd, mits u aanwezig bent
 - u zult een dagprogramma cq. daginvulling moeten gaan opstellen in overleg met uw begeleiders
 - er dient naar vermogen meegewerkt te worden in het corvee- en takenprogramma onder het motto "wat je gebruikt help je mee schoon te houden"
 - de hulpverlener kan individuele afspraken maken om ook na de eerste twee weken bepaalde groepsactiviteiten te blijven volgen

15. Deeltijdbehandeling

Naast het verblijf en de ambulante hulp biedt Nehemia ook deeltijdbehandeling en -begeleiding aan, in de vorm van het aanbieden van dagdelen begeleiding en behandeling, waarbij de avonden en de nachten thuis worden doorgebracht. Dit kan een mogelijkheid zijn als een verblijf te intensief is, maar ambulante gesprekken te weinig zijn. In overleg met de behandelaar wordt dan een zo goed mogelijk passend deeltijdaanbod gedaan. Voor cliënten in deeltijdbehandeling gelden de volgende aanvullende afspraken:

1. eenmaal per 2 á 3 weken is er een individueel gesprek met een begeleider/behandelaar
2. u dient bij voorkeur zoveel mogelijk het groepsaanbod voor uw persoonlijke hulpvraag te benutten, de groep gaat in deze boven het individuele gesprek
3. binnen het individuele gesprek wordt uw persoonlijk behandelplan opgesteld, in overleg met de behandelaar/begeleider, zodat u weet wat u aan de verschillende groepsmomenten kunt hebben
4. indien u het idee heeft meer individuele gesprekken nodig te hebben dient u dit eerst met uw begeleider/behandelaar te bespreken
5. u kunt tussen de middag een broodmaaltijd nuttigen van het huis
6. per dag geldt een eigen bijdrage in de kosten van maaltijd/koffie-thee/gebruik van voorzieningen
7. er wordt een bijdrage verwacht in de corvee rondom de koffie/thee en maaltijden



TENSLOTTE

Betrokkenheid

De stap die u genomen heeft om bij Nehemia te komen is de eerste. De volgende stap is dat u samen met de begeleiding uw inzet en betrokkenheid toont, om te werken aan verandering van de situatie, waarin u zich bevindt. Eigen motivatie, verantwoordelijkheid, betrokkenheid bij uzelf en de ander, zelfwerkzaamheid, het corrigeerbaar zijn en eigen initiatief staan bij Nehemia hoog in het vaandel.

Uzelf

Niets is eigenlijk helemaal in regels te vangen. Wat de één als vanzelfsprekend ervaart, kan voor de ander een vraag zijn. Het is daarom goed om een positieve instelling naar de ander te scheppen, en een houding aan te nemen van het daadwerkelijk willen werken aan de problemen. Dit veroorzaakt een goed klimaat voor het ontvangen van hulp, en dus ook voor een zinvolle hulpverlening bij Nehemia.

Onze hulp is in de Naam van de Heer die de hemel en aarde gemaakt heeft. Hij kan meer doen dan wij bidden of beseffen, juist in de moeiten waar wij mensen in kunnen leven. Daarom mag u in uw levenssituatie proberen uw verwachting en geloof op de Heer Jezus Christus te richten.

WIJ WENSEN U EEN GOEDE HULPVERLENING BIJ NEHEMIA TOE

Nehemia Hulpverlening

Dreef 12
1701 GP Heerhugowaard
Tel. 072 - 57 100 10
Fax 072 - 57 226 59

www.nehemiazorg.nl

Laatste revisie december 2008