

Zelfstandigheidstraining

INFORMATIE VOOR JONGEREN VAN 16-21 JAAR



*Zelfstandig wonen met
begeleiding*

Wil je graag op jezelf wonen maar weet je (nog) niet hoe je dat doet? Dan is zelfstandigheidstraining - *zelfstandig wonen met begeleiding* - echt iets voor jou.

Hierin leer je omgaan met de emotionele, praktische en financiële kant van je eigen huishouden doen. En ook hoe je dan omgaat met familie en vrienden. Kortom, een training waarin je leert om een zo zelfstandig mogelijk leven te leiden!

Training sluit aan op wat jij nodig hebt

Afhankelijk van wat jij nodig hebt en waar jij aan wilt werken, word je begeleid. Woon je bij je (pleeg)ouders of heb je een eigen kamer? Dan maken we samen met jou een plan voor wat je aan begeleiding nodig hebt.

Lukt het jou bijvoorbeeld al om zonder hulp voor je eigen dagbesteding en nachtrust te zorgen? Dan krijg je deeltijdbegeleiding in plaats van 24-uursbegeleiding.

Of heb je juist meer begeleiding nodig? In dat geval kun je naar een woonhuis. Daar woon je samen met andere jongeren die ook zelfstandig willen worden.

Met andere woorden: je krijgt hulp op maat.

Samengesteld woonhuis

Je woont tijdens de training, onder begeleiding, samen met andere jongeren in een huis. Daar deel je keuken, badkamer en toilet. Daarnaast heb je een eigen kamer met internet-/tv-aansluiting, bed, matras, kledingkast, tafel en stoel. En die mag je natuurlijk zelf verder aankleden met eigen spullen.


Zelfstandigheidstraining duurt ongeveer 12 maanden. In die periode leer je voldoende vaardigheden om zelfstandig te kunnen functioneren.

Als je eraan toe bent, kun je doorstromen naar een zelfstandige woonruimte en word je daar verder begeleid.

Er staan in drie Utrechtse wijken huizen voor zelfstandigheidstraining (op loopafstand van winkels en openbaar vervoer): Terwijde, Lunetten en Overvecht.

1-op-1 begeleiding van mentor

In elk woonhuis werken mentoren (mannen en vrouwen) die jou en de andere jongeren begeleiden. Zo heeft elke bewoner een eigen mentor om 1-op-1 mee te



praten. De persoonlijke leerdoelen in het hulpverleningsplan zijn leidend voor die gesprekken. Naast de 1-op-1 gesprekken praat je ook - samen met je mentor - met je ouder(s). Dat is nodig voor het kunnen opbouwen van een zelfstandig leven met een stevig netwerk.

Is de relatie met je ouder(s) niet goed? Dan kijken we hoe we jou kunnen helpen om deze te verbeteren.

Tot slot wordt één keer per half jaar jouw hulpverleningsplan besproken en dus jouw persoonlijke ontwikkeling. Bij dat gesprek zijn jij, je mentor, je ouder(s) en de verwijzer (buurtteam, sociaal team of SAVE) aanwezig.

Huisregels zelfstandigheidstraining

In elk huis voor zelfstandigheidstraining gelden huisregels. Er worden onder meer afspraken gemaakt over:

- Thuiscomtijden
- Bezoek
- Dagbesteding

Verder is het belangrijk dat je aan de training toe bent. Daarmee bedoelen we dat je gemotiveerd bent om je in te zetten voor een geslaagde training.

Mocht er iets spelen wat jou daarbij in de weg zit (drugs? alcohol?), dan bespreken we dat. En zoeken we samen naar een oplossing.

Aanmelding verloopt via verwijzer

De verwijzer vraagt de zelfstandigheidstraining voor jou aan. Je verwijzer is bijvoorbeeld iemand van een buurt- of wijkteam, of SAVE.

Zodra De Rading voor jou een beschikking (soort toestemming) ontvangt, wordt bekeken welke begeleiding het beste aansluit bij wat jij wilt leren.

Daarna wordt met jou, de verwijzer en eventueel je (pleeg)ouders besproken wanneer je met de training kunt beginnen.

j/2.0/1704



Heb je vragen?

Bel of mail ons!

De Rading Jeugd- & Opvoedhulp

Locatie Utrecht | Pahud de Mortangesdreef 61 | 3562 AB | 030 - 272 43 53

Locatie Amersfoort | Piet Mondriaanlaan 48 | 3812 GV | 030 - 272 43 53

E-mail: info@rading.nl | website: www.rading.nl



[Facebook.com/DeRading](https://www.facebook.com/DeRading)



[Twitter.com/DeRadingJeugd](https://twitter.com/DeRadingJeugd)

*De hulpverleners van De Rading zijn geregistreerd in het Kwaliteitsregister Jeugd.
Dit houdt in dat zij over de vereiste kennis en vaardigheden beschikken voor
een correcte beroepsuitoefening.*

SAMEN VOOR KINDEREN