

LEEF HET LEVEN, NU EN LATER!

Dat is het credo van Ferdy en Ingrid Benoist, ouders van twee inmiddels jongvolwassen mannen, Rik en Luc. Luc heeft het Pitt Hopkins syndroom waardoor hij ernstig verstandelijk beperkt is. (Mee-)doen en genieten staan voor ons centraal. We vinden het belangrijk dat ook Luc meedoet in de maatschappij. Een sociaal leven voor Luc, nu en later.

W AT ALS WIJ ER NIET MEER ZIJN? Wij worden ouder en minder energiek. En wat als we er helemaal niet meer zijn...? Daarover maakten we ons best zorgen. Ook dan willen we dat Luc een thuis heeft waar hij zichzelf mag zijn, waar een fijne sfeer heerst en waar hij mensen om zich heen heeft die vertrouwd voor hem zijn. Zo'n toekomst willen we als het ware voor hem verzekeren. We willen ervan op aan kunnen dat hij op een plek terecht komt die voldoet aan die huiselijkheid en verbondenheid. Dicht bij zijn familie, vrienden en kennissen.

OUDERINITIATIEF VOOR EEN NIEUWE WONING

In 2019 hebben we daarom besloten zelf een stichting op te richten: stichting Covida. We realiseren een woning voor mensen met een verstandelijke beperking in Oosterhout. De voorbereidingen zijn in volle gang, de aanmeldingen lopen. Potentiële bewoners en belangstellenden kunnen contact opnemen.

SOCIAAL CONTACT STAAT ER CENTRAAL

Het is een plek waar mensen mogen zijn wie ze zijn en samenleven in verbinding. Bewoners zijn meer of minder verstandelijk beperkt, hebben een eigen appartement en trekken graag met de groep op. We zijn gastvrij en ondernemen activiteiten met familie, vrienden en de buurt. Dat varieert van een kopje koffie samen drinken tot muziek- en kookworkshops tot burendag.

KOM WEER IN BEWEGING

Als je overweldigd wordt door een intense periode of gebeurtenis, gaat jouw zenuwstelsel over op actie. Dit gebeurt geheel onbewust, zonder dat je er erg in hebt. Maar als de periode te lang duurt of de gebeurtenis te onverwacht komt, heb je geen keus dan het over je heen te laten komen. Dan ontstaat er bevriezing (freeze). Dan kun je lichamelijke klachten ontwikkelen of moeilijk in beweging komen.

O ORZAAK ONBEKEND? Soms kan het zijn dat je de oorzaak niet weet. Dat komt vaak voor. In dat geval ervaar je nog stress die eerder in je leven is ontstaan. Dat kan ook iets uit je jeugd zijn. Het wegvallen van je werk, de corona-periode of de geboorte van je kind is dan 'slechts' de trigger. De eerste stap is herstel van veiligheid, om vervolgens de diepere laag te onderzoeken en te helen.

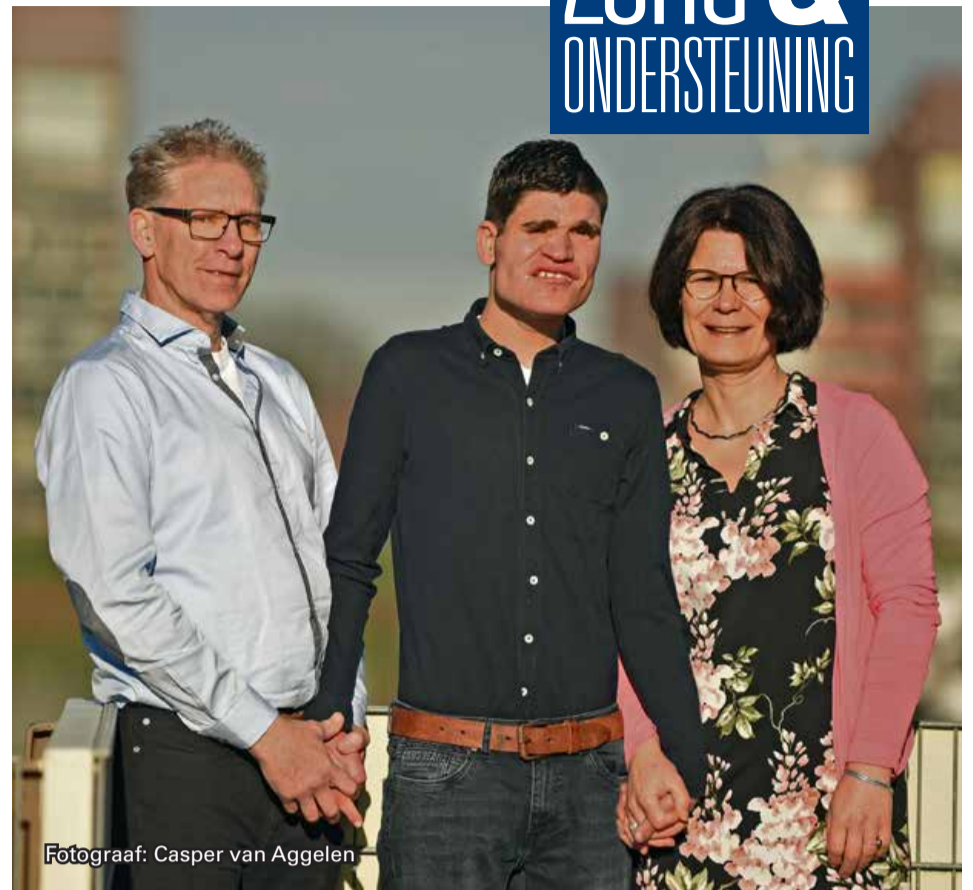
PRAKTIJKVOORBEELDEN

- Na het verliezen van zijn baan, werd hij ziek. Dit had hij niet zien aankomen. Zijn baan was zijn lust en zijn leven en nu voelde hij zich leeg. Traumatherapie heeft hem doen inzien dat zijn identiteit niet van een baan afhangt en hij kijkt weer vol moed naar de toekomst.
- Na de geboorte van haar zoon werd ze overvallen door extreme vermoeidheid en plotselinge huilbuien. Ze wist niet wat haar overkwam; ze was altijd in controle. Traumatherapie bracht inzicht in haar jeugd en zo herstelde het vertrouwen in haar moederschap. ■



MEER WETEN?

Neem contact op via telefoonnummer 06-48078507 of mail naar info@coachpraktijkoosterhout.nl.



Fotograaf: Casper van Aggelen

VERTROUWEN

Samen met andere ouders regie voeren over de woonplek van ons kind geeft ons vertrouwen en voldoening. ■

WIL JE MEER WETEN? BEL GERUST!

M 06 10704710
www.stichtingcovid.nl

GELDBEWUST DE TOEKOMST IN

Jongeren met vragen over geld kunnen bij financieel jongerencoach Aimée Langer van KasKompas rekenen op persoonlijke aandacht, een nuchtere aanpak en kennis van zaken. De administrateur uit Oosterhout helpt jongeren in de leeftijd van 16 t/m 27 jaar voor wie het niet vanzelfsprekend is om bewust met geld om te gaan.

K IJK OP GELD "In Nederland word je geacht financieel zelfstandig te zijn vanaf je 18e verjaardag, maar er zijn jongeren die (nog) niet hebben geleerd om met die verantwoordelijkheid om te gaan", vertelt Aimée. "Ze hebben een andere kijk op geld, omdat ze bijvoorbeeld uit een minima-gezin komen en/of een ontwikkelingsachterstand hebben. Deze jongeren help ik preventief om (grote) schulden te voorkomen."

SPIEGEL VOORHOUDEN

Dat doet de enthousiaste coach door middel van één-op-één gesprekken, een vragenlijst en een kasboekje waarin alle inkomsten en uitgaven worden bijgehouden. Tijdens de gesprekken houdt ze haar cliënten vaak een spiegel voor. "Zo was er een jonge meid die veel geld uitgaf aan dure kleding. Met mijn eigen garderobe als voorbeeld heb ik haar laten inzien, dat je ook stijlvol gekleed kunt gaan wanneer je hier minder geld aan uitgeeft."

PRATEN OVER GELD

Zelf praat Aimée gepassioneerd over haar vak, maar ziet dat het voor jongeren vaak moeilijk is om hun geldzaken te bespreken. Toch adviseert ze jongeren met geldproblemen om hulp te zoeken. Aan ouders geeft ze de tip: "Krijg je steeds vaker de vraag om een voorschot op het zakgeld? Durf dan aan de bel te trekken." ■



MEER WETEN?

Kijk voor meer informatie op www.aimee.pro.