



Op jezelf leren wonen door middel van training

Sterker in de samenleving.
Powered by Pluryn



Behandeling en ondersteuning bij
wonen, werken, leren en vrije tijd

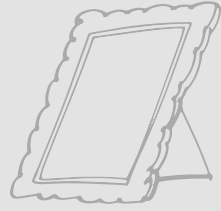
“In september verhuisde ik naar een trainingshuis in Renkum. Dit huis bereidt me voor op zelfstandig wonen. Wassen, boodschappen doen, koken...,” somt Sybilla enkele zaken die ze er leerde op. “In het begin liet ik het vlees vaak aanbranden. Maar dankzij de begeleiding, die altijd aanwezig was, word ik er steeds beter in. Net als in omgaan met geld. Dat gat in mijn hand is nu weg.” Sybilla volgt de Training Begeleid Wonen.

Wil je als jongere of volwassene graag zelfstandig wonen? Maar wil je daarvoor eerst nog wat praktische zaken leren? Dan is de Training Begeleid Wonen iets voor jou.



We bieden de informatie ook als gesproken folder aan. Download de Layar app op je smartphone of tablet. Scan deze pagina met de Layar app en bekijk de gesproken folder als film. Of bekijk de film op www.pluryn.nl bij ‘films en folders’.





De beste voorbereiding voor later


Ben je toe aan een zelfstandigere manier van wonen? Volg dan de Training Begeleid Wonen. Je leert er veel handige dingen, zoals koken en met geld omgaan. Je woont in een huis samen met andere mensen. Je krijgt je eigen kamer en overdag zijn er begeleiders aanwezig.

Als je er klaar voor bent, kun je daarna echt zelfstandig wonen. De Training Begeleid Wonen is er voor jongeren met complexe problematiek en voor (jong) volwassenen met een beperking. Pluryn heeft trainingshuizen in heel Gelderland en in Noord-Limburg.

Hoe woon je?

Hoe woon je nu in zo'n trainingshuis? Het is anders dan in een leef- of woon-groep. Je leeft wel samen met andere mensen, maar er zijn minder regels. Je hebt een eigen ruime kamer. De badkamer, keuken en woonkamer deel je met de andere bewoners. Overdag ga je naar je werk, naar school of doe je dagbesteding. Je leeft zelfstandig, maar je kunt ook dingen samen doen. Bijvoorbeeld boodschappen en koken.





...écht lekker voordelig!

Voor wie is de Training Begeleid Wonen?

- jongeren met complexe problemen
- jongeren met een (licht) verstandelijke beperking
- jongeren en jongvolwassenen met een lichamelijke beperking,
- mensen met chronische ziekte of niet aangeboren hersenletsel (NAH)
- jongeren en jongvolwassenen met Autisme Spectrum Stoornis



Wat leer je allemaal?

Je werkt aan heel praktische zaken, zoals het aanbrengen van dagstructuur en het leren plannen. Maar ook boodschappen doen, koken en opruimen horen daarbij. Belangrijk is ook dat je leert omgaan met anderen. Hoe je vrienden maakt en je grenzen stelt.

De begeleiding is er voor jou

Heb je iemand nodig? Door de week is er altijd een begeleider in de buurt. Je krijgt ook een persoonlijk begeleider. Die helpt jou met geld en papierwerk. Regelmatig heb je een gesprek over jouw leerdoelen.

Als je de Training Begeleid Wonen doet, heb je overdag werk, dagbesteding of ga je naar school.





Voor jongeren met complexe problematiek

Waar kun je terecht?

Pluyn heeft trainingshuizen voor jongeren met complexe problemen en/of licht verstandelijke beperking. Die huizen staan in heel Gelderland: Nijmegen, Tiel, Renkum, Dieren, Doorwerth, Elst, de regio Apeldoorn en ook in Noord-Limburg.

Bezoek krijgen

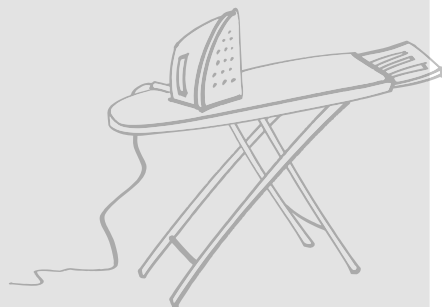
Je mag natuurlijk mensen op je kamer ontvangen: vrienden, familie en collega's. Er kan ook iemand bij je logeren. Dit vertel je wel eerst aan de groepsleiding. Er zijn ook regels voor bezoekers. Jouw logé mag bijvoorbeeld niet op je kamer zijn als jij er niet bent.

Vorbereiding voor op jezelf wonen

Het is de bedoeling dat je na de Training Begeleid Wonen zelfstandig kunt wonen. Eerst maak je kennis met het huis en de



mensen. Dan ga je oefenen. Je krijgt steeds meer verantwoordelijkheid en je wordt steeds zelfstandiger. Ben je uitgeleerd? Dan kun je op jezelf gaan wonen.





Voor jongeren met autisme spectrum stoornis

Waar kun je terecht?

Pluryn heeft een trainingshuis voor jongeren en jongvolwassenen met ASS (Autisme Spectrum Stoornis). Dat huis staat in Nijmegen. Hier krijg je een voorbereiding op een zo zelfstandig mogelijk leven. Ben je jonger dan 18 jaar en heb je nog veel ondersteuning nodig? Dan heeft Pluryn mogelijkheden voor wonen met training op de terrein-accommodatie van Werkenrode Jeugd in Groesbeek.

Leren omgaan met ASS

Ben je tussen de 18 en 25 jaar oud, heb je ASS en wil je op jezelf gaan wonen? Dan kan Pluryn je helpen. De begeleiders van Pluryn hebben veel ervaring in het ondersteunen van mensen met ASS. Samen zoeken we uit wat autisme voor je betekent. En ook wat de gevolgen zijn voor je dagelijkse leven. We begeleiden je in de acceptatie van je beperking. Zo kun je jouw leven zo inrichten dat je zelfstandig kunt wonen.



Voor mensen met een lichamelijke beperking, chronische ziekte of NAH

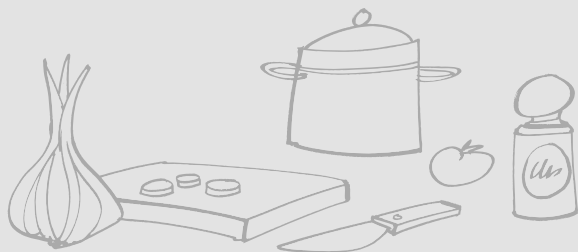


Waar kun je terecht?

Pluryn heeft verschillende huizen in woonwijken in Malden, Nijmegen en Wijchen. Hier kunnen twee tot zes mensen tijdelijk wonen. In deze trainingsperiode krijg je een beter inzicht in je mogelijkheden.

Nuttige dingen leren

Je leert vaardigheden die je straks goed van pas komen. Dat kan zijn op praktisch gebied zoals leren koken, omgaan met geld. Maar ook op sociaal gebied zoals contact leren maken en onderhouden met andere mensen, het zoeken en aanhouden van een vrijetijdsbesteding. In een aantal huizen is de begeleiding niet permanent aanwezig. Dan kun je als dat nodig is, een beroep doen op een woonvorm in de buurt.







Quli maakt het leven gemakkelijker

Je kunt ook het online zorgplatform Quli voor ondersteuning gebruiken. Met Quli kun je chatten, mailen of beeldbellen met vrienden, familie, begeleiders en andere zorgverleners. In de appstore van Quli staan allerlei zelfhulp apps. Hiermee kun je bijvoorbeeld taken voor jezelf aanmaken. Een online coach helpt bij het uitvoeren van taken. Quli is veilig en gratis. Als gebruiker bepaal je zelf wie mag kijken in jouw Quli-omgeving. Kijk voor meer informatie op www.quli.nl.

Wie betaalt dat?

Voor de Training Begeleid Wonen van Pluryn heb je een indicatie of een beschikking nodig. Het Klantenbureau kan je vertellen bij welke instantie je daarvoor terecht kunt. Het adres vind je in deze folder.

Hulp bij omgaan met geld

Als je zelfstandig woont, krijg je ook te maken met geldzaken. SBB Zorginstellingen neemt je veel zorgen uit handen. Deze onafhankelijke stichting betaalt je vaste maandelijkse lasten en je krijgt zelf steeds een vast bedrag om van te leven. Wat doet SBB Zorginstellingen verder?

- je administratie
- belastingformulieren invullen
- uitkeringen aanvragen
- contacten met banken onderhouden

Bel of mail 088 - 754 10 50 / info@SBBzorg.nl
Of kijk op www.SBBzorg.nl



Samengevat



Wil je graag zelfstandig wonen?

Wil je dan eerst nog wat praktische zaken leren?

Dat kan bij de Training Begeleid Wonen (TBW).

Je woont in een huis met andere mensen.

Je krijgt je eigen kamer.

Begeleiders zijn overdag aanwezig.

Je leert om dingen goed te plannen:

Boodschappen doen, koken en opruimen.

Je leert ook omgaan met andere mensen.

Ben je klaar met de training?

Dan kun je meer zelfstandig wonen.

TBW is er voor jongeren met complexe problemen.

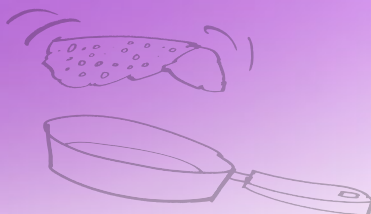
En ook (jong)volwassenen met een beperking.

De trainingshuizen staan in Gelderland en Noord-Limburg.



Sterker in de samenleving

Een mens kijkt van nature graag vooruit, maakt plannen, heeft dromen. Goed wonen, een vak leren en werken. Dat wil toch iedereen? Ook bij complexe problematiek in gehandicaptenzorg of jeugdzorg. Iedereen doet immers mee! De kracht komt uit de mensen zelf. Pluryn ondersteunt hen daarbij.



Informatie en advies

Voor meer informatie of aanmelding kun je terecht bij het klantenbureau van Pluryn:



088 - 779 50 00



klantenbureau@pluryn.nl



www.pluryn.nl

