



Vrije Tijd Sport, spel en cultuur

Pluryn, regio Arnhem

Sterker in de samenleving.

Powered by Pluryn



Pluryn

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

Inhoud

Inleiding	3
1. Ons clubaanbod	4
1.1. Educatieve clubs	4
1.2. Creatieve clubs	5
1.3. Cultuurclubs	6
1.4. Sportieve clubs	7
2. Andere activiteiten	8
3. Woon je niet bij Jan Pieter Heije?	9
4. V&R en jouw behandeling	9
5. Coachen van leefstijl	10
6. Meer informatie	11

Inleiding

Verblijf je bij Jan Pieter Heije, een locatie van Pluryn in Oosterbeek? Dan hoef jij je niet te vervelen in je vrije tijd. Je kunt er kiezen voor sport, muziek, theater, dans en creatieve activiteiten. Naast de bestaande clubs organiseert de afdeling Vrijetijd & Recreatie in iedere schoolvakantie activiteiten. Verder organiseren we voorstellingen, sportevenementen en feesten. Het is de bedoeling dat je steeds zelfstandiger wordt. Zodat je daarna naar een 'gewone' club buiten het terrein kunt.

Ook als je er niet woont

Woon je niet bij Jan Pieter Heije, maar wil je toch graag deelnemen aan één van onze clubs? Dat kunnen we vaak wel regelen.

Over Jan Pieter Heije

Jan Pieter Heije is een behandelcentrum voor jongeren met een licht verstandelijke beperking en complexe problemen. Dit behandelcentrum van Pluryn staat in Oosterbeek. Begeleiders en andere medewerkers helpen je er bij wonen, leren/werken en vrijetijdsbesteding.

1. Ons clubaanbod

Voor jongeren kan het lastig zijn om zonder ondersteuning mee te doen aan sport- en vrijetijdsclubs.

Bij Vrijetijd & Recreatie (V&R) vind je een veilig en goed georganiseerd alternatief. Hier kun je je rustig ontwikkelen. Je ontmoet anderen en doet samen leuke dingen. Als je een tijdje bij ons hebt meegedaan, kun je misschien naar een club bij jou in de buurt. V&R kan ook helpen bij deze overstap.

Bij V&R heb je keuze uit veel clubs en activiteiten.

1.1. Educatieve clubs

- Sooscommissie
- Fietsen maken
- Bak en Braad
- A-B-C diploma zwemmen
- Fotografie/video
- DJ-club



1.2. Creatieve clubs

- Doe-het-zelf
- Techniek
- Tuinieren
- Sieraden maken
- Creatieve club
- Kleding maken



1.3. Cultuurclubs

- Zang
- Muziek algemeen
- Gitaar
- Drum
- Djembé
- Dans
- Theater/toneel



1.4. Sportieve clubs

- Zaalvoetbal
- Veldvoetbal
- Scouting
- Fitness
- ATB'en (All Terrain Bikes)
- Klimmen
- Zwemmen
- Hardlopen
- Wielrennen
- Paardrijden



Staat jouw club er niet bij? Vraag ons wat er nog meer mogelijk is.

Deze clubs kun je volgen in 3 blokken van 11 weken, altijd in schoolweken. Tijdens de schoolvakanties van regio Zuid zijn er dus geen clubs.

De clubs vinden voor het grootste deel plaats op het terrein van Jan Pieter Heije. Enkele clubs zijn buiten het terrein zoals: paardrijden, veldvoetbal en ATB'ën. Je kunt je 3 keer per jaar aanmelden voor een club. Daarbij mag je 2 voorkeuren aangeven. Aan één daarvan mag je zeker meedoen.

2. Andere activiteiten

Iedere schoolvakantie organiseert V&R 4 activiteiten per week. In de zomervakantie kun je mee met het V&R zomerkamp, samen met jouw groep. Verder organiseren we theater-/muziek-/dansvoorstellingen, de zwemvierdaagse en het Heije Open feest.

V&R geeft ook groepsondersteuning aan de leefgroepen op zaterdagen. Groepen kunnen bij ons ook terecht met vragen over alle andere denkbare activiteiten.

3. Woon je niet bij Jan Pieter Heije?

Woon je niet bij Jan Pieter Heije, maar doe je graag met één van onze clubs mee? Dat kan! We plannen dan een gesprek met jou en je ouders/verzorgers.

We kijken samen bij welke club je wil. Als je de kosten niet kunt betalen, dan zoeken we naar een oplossing. Wij kennen fondsen, die daarvoor geld hebben.

4. V&R en jouw behandeling

V&R is er niet alleen maar voor de ontspanning. Het hoort ook bij jouw behandeling. We letten onder andere op jouw gedrag in de groep en je persoonlijke ontwikkeling. Samen kijken we wat je nog kunt leren om zo goed mogelijk je vrije tijd in te vullen.

5. Coachen van leefstijl

Jan Pieter Heije is verantwoordelijk voor een gezonde leefstijl van de jongeren. Daarom kun je bij V&R de leefstijlcoaching krijgen. Hebben jij of je ouders vragen over gezond eten en bewegen? Neem gerust contact op met vralgemeenjph@pluryn.nl. Samen werken we dan met jou aan een beweeg- en voedingsschema dat helemaal bij jou past.

6. Meer informatie

Het adres van Vrijetijd & Recreatie bij Jan Pieter Heije is:

Utrechtseweg 316

6862 BC Oosterbeek

Telefoon: 088 - 779 24 35

E-mail: vralgemeenjph@pluryn.nl

www.pluryn.nl/over-pluryn/locaties/jan-pieter-heije

Neem gerust contact met ons op.

