



Hou-vast BULLETIN

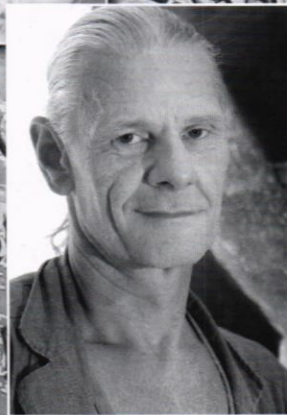
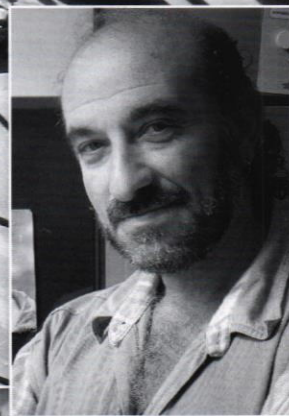
Verhalen van herstel

In deze uitgave van het
Hou-vast Bulletin vertellen
zeven mensen over
'hun proces van herstel'.

Inhoud

Eric en beschermd wonen bij de RIBW	2
Tiernermoeder Zeliha maakt haar eigen keuzen	4
Rob: "Ik kan nu doen waar ik goed in ben."	6
Mandy: "Dat je naar huis kunt."	8
Gezin Van Essen: "Doorbreek de vicieuze cirkel."	10
Leka Leka: "Hier ga je alleen maar vooruit"	12
Metin: "Erkenning en ruimte helpt."	14

En verder: 'Den Haag Onder Dak'	16
GKB biedt stabilisatietrajecten bij niet-regelbare schulden	18



Wonen bij Exodus

“Hier ga je alleen maar vooruit!”

Dit najaar bestaat Exodus 25 jaar. In de tien Exodushuizen volgen jaarlijks 375 deelnemers het begeleidingsprogramma. Het Haagse Exodushuis is gevestigd aan de Frankenslag. Er is plaats voor 17 bewoners, mannen en vrouwen. Eén van hen is de 23-jarige Leka Leka. Ze woont er een jaar, is vijf maanden zwanger en concludeert: “Ik wil Exodus hartelijk bedanken voor de hulp. Van hier kan je nooit meer achteruit, je gaat alleen maar vooruit. Je leert zelfstandig te denken, niet alleen voor vandaag en morgen, maar ook voor over tien jaar.”

Vijf maanden detentie was voor Leka Leka meer dan genoeg. “Elke dag moet je weer achter de deur. Je hebt geen macht, je hebt niets te zeggen. Steeds zie je mensen komen en gaan. Dat houdt je niet lang vol.” Twee jaar geleden ontvluchtte ze de Antillen omdat ze op de hielen werd gezeten door de schuldeisers van haar ex-vriend. Ze vertrok naar Nederland. Tijdens het zwervend bestaan ging ze over de schreef en een half jaar later zat ze in de gevangenis. Via de reclasering hoorde ze van Exodus. Ze woont er nu ongeveer een jaar.

“Het programma van Exodus leert je allerlei dingen op het gebied van wonen, werken, relaties en zingeving”, vertelt Leka Leka. Ze legt het uit. “Je leert dingen die belangrijk zijn voor je terugkeer in de maatschappij. Wonen wil zeggen dat je hier een proeftijd krijgt tot dat je zelfstandig kan wonen. In die tijd leer je bijvoorbeeld hoe je je financiën moet regelen en een

woonpas aanvraagt. Ik heb allerlei nieuwe namen geleerd, zoals Azivo en Eneco. Ook leer je hoe je een map ordent en dingen achter een tabblad stopt.”

Deze dingen vormden voor Leka Leka niet het grootste probleem. Wel het omgaan met mensen. “Dat vond ik heel moeilijk. Ik had geen contact met andere mensen. Een praatje beginnen deed ik niet. Dat heb ik hier op de sociale vaardigheidstraining geleerd. Ik praat nu met mensen, durf mijn gevoel te uiten, op te komen voor mezelf en nee te zeggen.”

Ook koken is een aandachtspunt. Twee keer per week koken enkele bewoners voor de gehele groep. De andere dagen kookt ieder voor zich of met wie hij of zij wil. Omgaan met geld is een belangrijk item. De bewoners leren goedkoop boodschappen te doen en te zorgen dat niet halverwege de maand het geld op is. “We werken met een maandbegroting, dan krijg je een beeld terug hoe je omgaat met je geld. Ook leer je dat je moet opletten bij het kopen van een ijskast. Want hoe ouder die is hoe meer stroom die trekt.”

Alle Exodus-bewoners zijn overdag aan het werk bij of via de Leerwerkprojecten (LWP). Ze kunnen kiezen uit bijvoorbeeld administratief werk, horeca of verzorging. “We doen werkervaring op en het is ook de bedoeling dat je leert op tijd te komen en om te gaan met collega’s. Als je ziek bent moet je dat zelf aan je baas doorgeven.” Bij LWP leerde ze administratief werk. “Het is de bedoeling dat je na zes maanden eigen werk zoekt. Want je moet natuurlijk ook een kans laten voor wie er achter jou komen”, vertelt ze. Nu heeft ze een werkervaringsplaats

in een wijk- en dienstencentrum in Scheveningen.

Relaties

Een ander onderdeel dat aandacht krijgt is relaties. “Dat is hoe je omgaat met je familie, met de bewoners hier en je begeleiders. Ze kijken of je een verbinding hebt met mensen buiten, en bij wie je terecht kunt als je een weekend verlof hebt of als je in de problemen komt. De begeleiders willen weten met wie je omgaat en dat je op het goede pad bent.”

Op de vraag hoe haar contacten zijn, vertelt Leka Leka: “Dat gaat goed. In het begin ging ik vaak bij mijn tante op bezoek. Nu heb ik meestal telefonisch contact, net als met mijn moeder. Ze woont op de Antillen en haar spreek ik elke dag.” Daarnaast heeft Leka Leka enkele vriendinnen waarmee ze gaat winkelen of naar instanties gaat. “Ook het contact met de mensen in huis is prima. Ik vind het echt leuk om hier te wonen.”

Zingeving

Een keer per maand praten de bewoners en begeleiders met elkaar in het kader van ‘zingeving’. De laatste keer ging het over licht. “Dan praat je over donkere dagen in je leven en wat je licht geeft, hoe je naar de toekomst kijkt.” Exodus is een initiatief vanuit de kerken. “Maar je hoeft niet te geloven om hier te kunnen wonen” vertelt Leka Leka. “Op kantoor staat wel een kalender die elke dag iets zegt. Ik heb er ook ééntje.” Ze zoekt op wat er vandaag staat. “Wat God heeft samengevoegd laat de mens dat niet scheiden”, leest ze. Ze vindt het een mooie spreuk.

Wat haar aanspreekt aan de bijeenkomst is dat ze zichzelf en de anderen leert kennen. Ze gaat er

graag naar toe. “Je ontdekt wat iemands gevoelens zijn. Je leert met aandacht te luisteren en je mening te geven. Ook de begeleider hoort op die manier wat de bewoner belangrijk vindt. Ik heb geleerd om aan de ander te vragen of we elkaar goed begrijpen.” De bewoners gaan ook af en toe samen uit. Dat mag ook wel, vindt ze. “We werken hard met elkaar aan alle zaken en dan is het goed om samen te lachen en uit te gaan.”

Na Exodus

Bij Exodus werken naast de begeleiders ook een directeur, een coach arbeidstoeleiding, een administratief medewerkster en een huismeester.

Binnenkort gaat Leka Leka Exodus verlaten. Ze zal de mensen missen. “Ja, dat is hard voor me. Ik ben aangemeld en als Steadion zegt ‘Hier is je woning’, krijg ik de sleutel. Dan geef ik een afscheidsfeestje en dan ben ik weg.” Het is wat minder moeilijk nu een vriendin van haar pas is verhuisd. Ze begrijpt dat het moet gebeuren. “Je moet echt een stap buiten de deur zetten en het zelf gaan doen. Gelukkig krijg je nog zes maanden begeleiding. Dan kijken ze hoe je omgaat met alles en je kunt bellen als er iets is”.

Leka Leka krijgt een huis met een babykamer. De vader van haar baby woont ook bij Exodus. Samenwonen gaan ze voorlopig niet. Hij zal vaak op bezoek gaan maar blijft nog bij Exodus wonen.

Jan Eerbeek, hoofdpredikant bij de Dienst Justitiële Inrichtingen van het Ministerie van Justitie, is benoemd tot Ridder in de Orde van Oranje Nassau. De bijbehorende versierselen werden hem door burgemeester W. J. Deetman van Den Haag opgespeld tijdens het op 15 september in Den Haag gehouden jubileumcongres van Stichting Exodus, waarvan Eerbeek oprichter en landelijk voorzitter is. Als gemeenteraadslid voor het CDA in Den Haag nam Eerbeek in 1994 het initiatief tot Maatschappelijk Herstel, waarover tot op heden het Hou-Vast Bulletin verschijnt. (foto Esther Stam)



Trots laat ze een boekje zien en wijst aan wat ze gaat kopen. De babyspulletjes worden mintgroen. “Ik heb wel ervaring met baby’s van anderen, maar nu is het mijn baby. Ik praat veel met de baby, lees boeken over opvoeden en kijk alleen leuke televisieprogramma’s, zoals tekenfilms. Dan geef ik het goede voorbeeld voor mijn baby, toch?”

Destijds was ze niet gelukkig met haar vertrek van de Antillen. “Ik had een huis en een baan en dat gaf ik op. Maar het is zo gelopen en nu ben ik blij dat ik bij Exodus zoveel geleerd heb. Als je niets meemaakt leer je niets.” Om in één woord een typering voor Exodus te geven is lastig. “Het zijn heel lieve begeleiders, ze helpen je met alles. Stap voor stap zien ze hoe je groeit. Op een gegeven moment heb je het door. Daarom wil ik zeggen: Exodus hartelijk bedankt dat jullie mensen hulp bieden. Voor mij en voor iedereen na de gevangenis. Hierna ga je alleen maar vooruit. Je leert zelfstandig te denken, niet alleen voor vandaag en morgen maar ook voor over tien jaar.”

Exodus

Exodus biedt opvang en begeleiding aan ex-gedetineerden en gedetineerden in de laatste fase van hun detentie. Dit gebeurt door middel van een integraal begeleidingsprogramma waarin veel nadruk wordt gelegd op het bieden van structuur en duidelijkheid. De vier sleutels van het integrale begeleidingsconcept zijn wonen, werken, relaties en zingeving. Het programma dient de deelnemers te leiden naar een zelfstandige plek in de samenleving en dient terugval in crimineel gedrag te voorkomen. Daarnaast faciliteert de sector Vrijwilligers & Kerkzaken de groepen vrijwilligers en betreft zij de kerken in pastoraat en diaconaat bij de nazorg aan ex-gedetineerden.