

De BinnensteBuitenTuin

Heb je problemen waar je zelf niet meer uitkomt? Zijn er zorgen binnen je relatie of gezin? Heb je ondersteuning nodig bij de opvoeding? Lukt het niet om op een goede manier uit elkaar te gaan? Zoek je een geschikte dagbesteding?

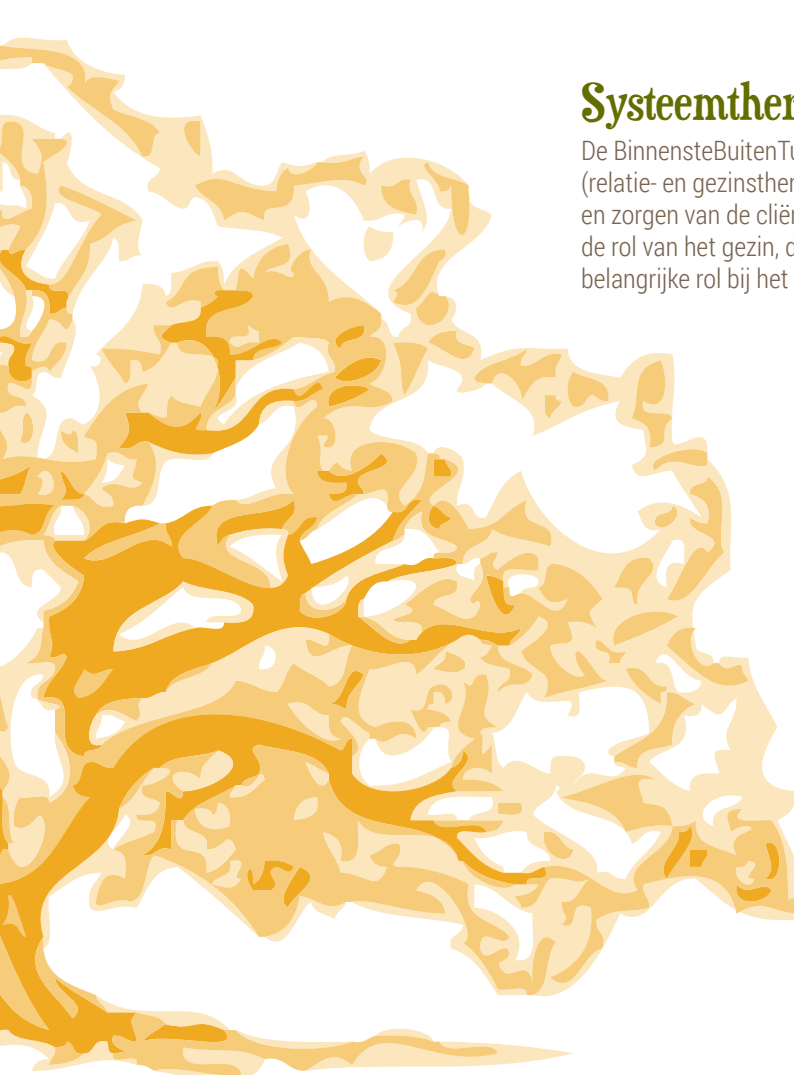
De BinnensteBuitenTuin biedt zowel systeemtherapie als dagbesteding op een unieke en veelzijdige locatie met moestuin.

Hier vind je hulp om problemen en zorgen (samen) aan te pakken, op een manier die bij jou past. Dit kan variëren van een kortdurende systeemtherapie tot een intensief dagbestedingstraject. Met oog voor jouw krachten en zorgen bieden we persoonlijk contact en hulp op maat. Dit betekent onder andere samenwerken, transparantie en een persoonlijke behandelaar.

Meer info op www.BinnensteBuitenTuin.nl



BinnensteBuitenTuin



Systeemtherapie

De BinnensteBuitenTuin biedt zowel systeemtherapie als dagbesteding. Systeemtherapie (relatie- en gezinstherapie) is een vorm van psychotherapie die zich richt op de problemen en zorgen van de cliënt zelf, maar er is ook aandacht voor de omgeving. Denk hierbij aan de rol van het gezin, de familie, vrienden, het werk of een gemeenschap. Zij spelen een belangrijke rol bij het ontstaan én het oplossen van veel klachten.

Behandeling

Aan het begin van de systeemtherapie kijken we samen waar de zorgen, mogelijkheden en doelen liggen. Dit wordt in een persoonlijk plan uitgewerkt dat tijdens de behandeling verder wordt afgestemd op jouw eigen ontwikkeling. De behandelingen zijn doorgaans kortdurend. De gesprekken vinden gemiddeld één keer per twee weken plaats. Bij de BinnensteBuitenTuin worden tevens diverse groepstrainingen gegeven zoals een leefstijltraining en een sociale vaardigheidstraining.

Alleen of samen?

Afhankelijk van de situatie, wensen en behoeften kunnen de gesprekken samen, individueel, met het gezin of in groepsverband zijn. Als het zinvol lijkt, kunnen we personen uit je directe omgeving uitnodigen bij deze gesprekken. Dit gebeurt uiteraard altijd in overleg.

Voor meer informatie en aanmelding ga je naar de website www.BinnensteBuitenTuin.nl



Voor wie?

Volwassenen, gezinnen, kinderen en jongeren die systeemtherapie bij de BinnensteBuitenTuin volgen hebben bijvoorbeeld:

- ~ opvoedvragen
- ~ relatieproblemen
- ~ echtscheidingsproblemen
- ~ een nieuw samengesteld gezin
- ~ ADHD, ADD of Autisme
- ~ hoofd- of buikpijnlachten zonder duidelijk verklaarbare oorzaak
- ~ gedragsproblemen
- ~ last van somberheid
- ~ (faal)angst en onzekerheid
- ~ moeite met het aangaan van sociale contacten
- ~ dwangklachten
- ~ moeite met verwerking van verdriet en rouw
- ~ moeite met het omgaan met chronische ziekte
- ~ werkproblemen of volgen een re-integratietraject
- ~ problemen met eten



Dagbesteding

Naast systeemtherapie biedt de BinnensteBuitenTuin het hele jaar door dagbesteding aan kinderen en jongeren tussen 6 en 18 jaar. Het is een ideale plek om tot rust te komen, maar ook om hard te werken aan vooruitgang en oplossingen.

Wanneer?

Het gaat bijvoorbeeld niet goed op school. Vaak zijn deze problemen al een tijd aan de gang. Een oplossing kan een (korte) time-out bij de BinnensteBuitenTuin zijn. Zo wordt het probleem niet alleen op tijd aangepakt, maar is de kans ook kleiner dat de problemen verergeren. Tevens kan er behoefte zijn aan een goede dagbesteding na een opname in een (GGZ-)kliniek. Sommige kinderen en jongeren hebben voor een langere periode behoefte aan een dagbesteding. Zij zijn ook welkom bij de BinnensteBuitenTuin.

Hoe vaak?

Het verschilt van één tot meerdere dagdelen per week. Dit hangt af van jouw persoonlijke situatie, behoeften en wensen. Sommigen komen voor een aantal weken, anderen voor een langere periode. Het is ook mogelijk om per week een aantal dagdelen naar de BinnensteBuitenTuin te komen en dit te combineren met een aantal dagdelen school. Hierbij proberen we intensief samen te werken met de school.

Persoonlijk zorgplan

Samen met de ouders, school, het kind of de jongere kijken we waar de zorgen, doelen en mogelijkheden liggen. Iedere situatie is anders. Daarom wordt voor iedereen een persoonlijk zorgplan opgesteld.

Activiteiten

De activiteiten doe je samen of alleen. Een greep uit de dingen die je - binnen of buiten - kunt doen:

- ~ Groenactiviteiten
Onderhouden van de (moes-)tuin, planten en zaaien, opkweken, snoeien, oogsten.
- ~ Klussen
Kleine klussen en onderhoud in en rondom de tuin.
- ~ Koken
Lunch maken, groente en fruit inmaken.
- ~ Computeractiviteiten
Website en media, receptenboekjes maken, verhalen schrijven.
- ~ Creatieve activiteiten
Verven, houtbewerking, muziek, fotografie.
- ~ Diverse activiteiten
Bewegen, spelletjes, lezen.
- ~ Huiswerk maken

Voor wie?

Iedereen heeft zijn eigen redenen om een goede dagbesteding te zoeken bij de BinnensteBuitenTuin. We bieden bijvoorbeeld dagbesteding aan kinderen en jongeren:

- ~ met ADHD, ADD, Autisme Spectrum Stoornis, een ontwikkelingsstoornis, angst- en dwangklachten, eetproblemen;
- ~ die dreigen uit te vallen van school;
- ~ die langdurig ziek zijn;
- ~ met gedragsproblemen;
- ~ die in een reclasseringstraject hebben gezeten.

Voor meer informatie en aanmelding ga je naar de website www.BinnensteBuitenTuin.nl



Algemene informatie

De BinnensteBuitenTuin biedt zowel systeemtherapie als dagbesteding met een verbinding tussen zorg en natuur. Met professionele zorg op maat en een persoonlijke behandelaar is dit uniek in de regio.

Behandelaren en begeleiders

Bij de BinnensteBuitenTuin staat kwaliteit voorop. Binnen ons (kleine) team werken mensen uit verschillende vakgebieden. Deze diversiteit maakt het mogelijk om maatwerk te leveren. Zo bieden wij bijvoorbeeld ook Engelstalige systeemtherapie.

Samenwerking

De BinnensteBuitenTuin vindt een goede afstemming en samenwerking met o.a. het sociale netwerk, huisarts, hulpverleners en school heel belangrijk. Tussentijds overleggen we regelmatig en kunnen we het persoonlijke zorgplan waar nodig bijstellen.

Aanmelden systeemtherapie of dagbesteding

Je kunt op verschillende manieren terecht komen bij de BinnensteBuitenTuin. De huisarts, het jeugd- en gezinsteam, de school of een andere hulpverlener kan je aanmelden. Je kunt ook zelf direct contact met ons opnemen. Aanmelden kan zowel voor systeemtherapie als voor dagbesteding via het contactformulier op de website. Er wordt binnen twee werkdagen contact met je opgenomen voor een kennismakingsgesprek.

Vergoeding

Een relatie- of gezinsgesprek wordt door de meeste ziektekostenverzekeringen (deels) vergoed vanuit de aanvullende verzekering. Informeer bij je zorgverzekeraar of je in aanmerking komt voor een vergoeding. Dagbesteding kan worden vergoed via een instelling of gemeente, een persoonsgebonden budget (pgb) of kan particulier worden bekostigd. De BinnensteBuitenTuin helpt graag bij het zoeken naar een juiste vergoeding als je er niet uitkomt.





Locatie

In Warmond gebruiken we het prachtige buiten-terrein en een veelzijdige binnenruimte van de Sint Matthiaskerk. Op het terrein is een moestuin aanwezig en een groot stuk bos.

De BinnensteBuitenTuin is een niet-religieuze organisatie en verwelkomt mensen met diverse religieuze en culturele achtergronden.

Vragen of overleg

Voor vragen of overleg kun je altijd mailen of bellen met:

Drs. Yonina Hordijk

Psycholoog, SPH en Systeemtherapeut i.o

06 - 38 06 77 28

info@BinnensteBuitenTuin.nl

Adresgegevens

Herenweg 78

2361 ET Warmond

www.BinnensteBuitenTuin.nl



De BinnensteBuitenTuin

Herenweg 78

2361 ET Warmond

06 - 38 06 77 28

info@BinnensteBuitenTuin.nl

www.BinnensteBuitenTuin.nl



ontwerp
iemke's atelier