



# wonen & logeren

MENSEN MET EEN (LICHTE) VERSTANDELIJKE BEPERKING

kijk  
pameijer

## de baas over jezelf zijn

Je kunt zelf bepalen hoe en met wie je woont. In een woonvorm of alleen. Pameijer heeft woonvormen voor allerlei mensen.

Je kunt alleen wonen in een appartement van Pameijer. Er is dan altijd begeleiding in de buurt. Je kunt ook met een groepje mensen in een huis wonen.

Misschien woon je liever echt zelfstandig, in een eigen huis. Dan kun je een beroep doen op de ambulante woonondersteuners van Pameijer.

Je kunt ook af en toe een paar dagen bij Pameijer logeren.

Je staat er nooit alleen voor.

## ambulante woonondersteuning

Leven zoals je zelf graag wilt. In je eigen huis wonen. Alleen, of samen met anderen. Dat is niet altijd gemakkelijk. Het is wel goed mogelijk. De woonondersteuners van Pameijer kunnen je erbij helpen.

De woonondersteuners komen naar je toe. Ze geven advies en hulp. Bijvoorbeeld over het omgaan met geld. Het vinden van een sportclub of werk. Koken, opruimen en schoonmaken. Contact met vrienden en familie.

Ook voor een goed gesprek kun je bij ze terecht. Steun als je het moeilijk hebt. De woonondersteuner kent je en ziet het als het niet goed met je gaat. Hij of zij kan je helpen met het vinden van een oplossing.

Je spreekt met de woonondersteuner af hoe vaak hij of zij bij je langskomt. Soms is een keer in de week genoeg. Als het nodig is, komt de woonondersteuner elke dag. Je spreekt af wat je zelf wilt en kunt doen. Je spreekt ook af wat de ondersteuner voor je doet.

Het draait allemaal om wat jij wilt en nodig hebt.



# Max

*naam: Max Bremer*

*maakt gebruik van: ambulante woonondersteuning*

‘Ik woon nu vijftien jaar zelfstandig. Dat wilde ik graag. Vroeger woonde ik in tehuizen. Carla en Esther heb ik als begeleiding. Carla komt elke dinsdag. Esther komt ook een keer in de week. Ze kijken een beetje naar mijn geld. Dat ik niet te veel op maak. Als ik een mooie dvd zie, dan koop ik die. We kletsen. We doen ook praktische dingen.

Ik had een vriendin die me leerde koken. Ik was vijftig, zij was in de veertig. Dat is alweer lang geleden. Ik was zelf mijn kleding. De vaat was ik ook. De thuishulp doet de rest.

Ik ben katholiek. Elke zondag ga ik naar de kerk. Ik sport in het fitnesscentrum. Er is een sauna en een zwembad. Gewichtheffen. Kijken wat het resultaat is. Vroeger kwam ik bij de schaakclub. Ik houd van tennis. Om naar te kijken. Alles loopt wel goed. Het thema is geld. Esther en Carla zijn best belangrijk. Ze letten op dat het goed gaat, dat je niet ziek bent. Met de burens is het wel rustig. Wat ze doen weet ik niet.

Ik ben lid van de cliëntenraad. We vergaderen veel.

Ik ben er pas mee begonnen.

Pameijer bestaat al tachtig jaar. Hoe zou het vroeger zijn geweest?’



## steunpunt

Je woont in een eigen huis. Plotseling gebeurt er iets. **Je hebt hulp nodig.** Dan kun je bellen naar de 24-uursdienst van Pameijer.

Overdag en 's avonds kun je ook naar het Steunpunt van Pameijer toe gaan. **Het is bedoeld voor mensen die zelfstandig wonen.** Je kunt er een spelletje doen, mensen ontmoeten en lekker eten. Als je daar zin in hebt. **Er is een Steunpunt in Rotterdam Noord en een Steunpunt in Rotterdam Zuid.**



## woonvorm

### wonen in een woonvorm

In een woonvorm van Pameijer woon je met een kleine en soms een wat grotere groep mensen. **Er is een huiskamer.** Je hebt ook een eigen kamer. Je leeft zo gewoon mogelijk. **Natuurlijk doe je zoveel mogelijk zelf.**

**Je helpt mee met koken. Je eet samen, ruimt op en wast af.**  
**Er is altijd iemand om een spelletje mee te doen of een praatje te maken. Je kunt ook rustig op jouw kamer blijven.**  
**Er is altijd begeleiding in huis.**

Samen met de begeleiding maak je een begeleidingsplan. Daar staat in wat je graag wilt en wat je kunt. **Er staat ook in wat de begeleiding voor je doet.** De begeleiding kan helpen met het zoeken naar werk of bijvoorbeeld een sportclub.

### wonen in een appartement

Pameijer heeft appartementen voor mensen die graag zelfstandig wonen. **Er zijn meerdere appartementen in hetzelfde gebouw.** Je zorgt zoveel mogelijk voor jezelf. Je kiest of je alleen wilt eten of met bewoners van de andere appartementen.

Je bent alleen als je dat wilt. Je hebt gezelschap wanneer je daar voor kiest. **Er is altijd begeleiding in de buurt.** De begeleiding kan je advies geven en ondersteunen. Bijvoorbeeld met het doen van de huishouding. Geldzaken. **Het vinden van werk of dagbesteding.** Daar maak je afspraken over.

**Je krijgt de zorg die je wilt en nodig hebt.**  
**Je doet wat je graag wilt.**



# Mario

*naam: Mario van de Want*

*maakt gebruik van: wonen in een appartement*

'Ik woon in een appartement van Pameijer. Het gaat helemaal toppie. Ik ga veel om met twee gasten die aan de overkant wonen en met een jongen die vlakbij woont. Dat contact gaat heel goed.

Ik heb een gat in mijn hand. Daarom beheert de begeleiding mijn geld. Ik krijg tien euro zakgeld per week en 35 euro om de boodschappen van te doen. Daar houd ik vijftien euro van over. De supermarkt is duur maar ik let op de aanbiedingen.

Een keer per week komt de begeleiding bij me koken. Dan maken we een echte goede maaltijd klaar met aardappelen, groente en vlees of rijst met kipkerrie. Koken doe ik graag, maar met mijn pannen kan ik niet lekker wokken.

Het gaat hartstikke goed, ik heb zoveel plezier. Ik ben wel van plan om het er met de begeleiding over te hebben dat ik langzamerhand wil leren om zelf rekeningen te betalen. Ik heb veel aan mijn hoofd: werk, schoonmaken, ik ben op zoek naar een leuke vriendin. *Ik ben al een tijdje vrijgezel. Geduld is een schone zaak zeggen ze.*

Ik zing graag mee met cd's. Ik maak mijn eigen nummers door heel veel naar muziek te luisteren en daar haal ik dan wat stukjes uit. Ik wil mijn eigen demo maken. Dan moet ik wel sparen want de studio kost 35 euro per uur.'



## come on wonen

Je bent jong, maar wel volwassen. Je hebt een verstandelijke beperking en bijvoorbeeld autisme, psychiatrische problematiek of gedragsproblematiek. Dan kun je wonen bij Come On in Rotterdam Zuid. Bij Come On woon je in een eigen appartement. Vlakbij is een inloophuis waar je elke dag terecht kunt. Je hebt een persoonlijk begeleider. Samen maak je een begeleidingsplan. Daar staat in hoeveel begeleiding je krijgt, wat je wilt doen, wat je kunt en wat je wilt bereiken. De begeleiding steunt je bij contacten met vrienden, familie en burens. Je kunt ook naar een jobcoach gaan. Met de jobcoach kun je zoeken naar geschikt werk, dagbesteding of een opleiding. Op een aantal plaatsen bij Come On woon je maximaal twee jaar. Daarna kun je bijvoorbeeld zelfstandig gaan wonen. De begeleiding helpt met het zoeken naar een huis.

## logeren

Pameijer heeft drie logeerhuizen waar mensen kunnen logeren. Als logee heb je een paar gezellige en ontspannen dagen.

In de logeerhuizen is veel mogelijk. Alles is gericht op jouw wensen en op die van de andere logees. Op doordeweekse dagen ga je naar je werk of naar een dagcentrum. 's Avonds en in de weekends doe je wat je graag wilt, samen met de mensen van het logeerhuis.

Met de begeleiding kun je naar de dierentuin gaan, winkelen, de watertaxi nemen of gewoon op de bank hangen en een dvd'tje kijken. Om maar een paar voorbeelden te noemen. De activiteiten sluiten aan bij jouw leeftijd. Dus als je volwassen bent, kun je best een keer naar het café.

Er is veel mogelijk in de logeerhuizen. Er is ook tijdelijke opvang. Voor als een van de verzorgers bijvoorbeeld naar het ziekenhuis moet. En overbruggingsopvang, voor mensen die op de wachtlijst voor een woonvorm staan. Bij gedeelde zorg logeer je de ene week in het logeerhuis en de andere week thuis. Tot slot is ook noodopvang mogelijk.

Mensen met een verstandelijke beperking of psychiatrische problematiek horen thuis in de samenleving. Ze zijn mensen met wensen, mogelijkheden en talenten.

Dagelijks zetten ongeveer 2500 medewerkers en vrijwilligers van Pameijer zich in om rond de 4000 mensen persoonlijk te ondersteunen bij het wonen, werken, leren en in de vrije tijd. Dat gebeurt in de regio Rijnmond en op de Zuid-Hollandse Eilanden.

Pameijer biedt ondersteuning aan:

- KINDEREN EN JONGEREN MET EEN (LICHTE) VERSTANDELIJKE BEPERKING EN/OF GEDRAGSPROBLEMATIEK
- VOLWASSENEN EN OUDEREN MET EEN (LICHTE) VERSTANDELIJKE BEPERKING
- VOLWASSENEN EN OUDEREN MET PSYCHIATRISCHE PROBLEMATIEK

## colofon

Pameijer

postbus 22406

3003 DK Rotterdam

telefoon: (010) 271 00 00

[www.pameijer.nl](http://www.pameijer.nl)

redactie Caroline Dietzel-Klompe

fotografie Sanne Donders

tekst Heleen Schoone

ontwerp studio Lonne Wennekendonk

druk Stolwijkgrafax