



BEGELEIDEN VAN PERSONEN MET EEN BEPERKING

ONDO, STERK JEZELF

Ondo betekent golf. Golven zijn soms klein en rustig, soms groot en ruig.

Zelfs de kleinste golf doet dingen veranderen.

Golven zijn altijd in beweging, mensen ook.

Ondo is de golf die jou kracht geeft om te veranderen wat jij wil.



EMMA, OMAR EN WARRE VERTELLEN HUN VERHAAL:

WIE ZIJN EMMA, OMAR EN WARRE?

WARRE

Ik ben 46 jaar.

Ongeveer vijf jaar geleden ging het niet zo goed met mij. Ik had geen werk en geen geld om de huishuur te betalen. Brieven die ik kreeg gooide ik bij het oud papier. Ik begreep ze niet. Mijn zus behandelde me als een klein kind. Nochtans ben ik de oudste. En mijn vriendin met wie ik al twee jaar samen was, liet mij zitten. Ik zat de hele dag alleen thuis en keek TV.

OMAR

Sinds een paar jaar ben ik in begeleiding bij Ondo. Vorig jaar verhuisde ik naar een studio in hetzelfde gebouw als het kantoor van Ondo. Tot dan woonde ik bij mijn tante. Zij deed alles voor mij: wassen, poetsen, koken, brieven lezen, papieren invullen, ... Ze ging ook overal mee naartoe.

Ik deed niets alleen. Toen ze ziek werd en naar het ziekenhuis moest, stond ik er plots alleen voor. Via het dagcentrum ben ik bij Ondo terecht gekomen.

EMMA

Ik ben 34 jaar. Ik heb een dochter, Noor, van 11 jaar. Door een erfelijke aandoening kan ik steeds slechter zien. Gelukkig heb ik toffe burens die steeds klaar staan om mij te helpen. Veel familie heb ik niet. Bovendien wonen ze allemaal een heel eind van hier. Ik ben al bijna 10 jaar in begeleiding bij Ondo.

EERSTE KENNISMAKING MET ONDO

WARRE

De eerste ontmoeting met Lucas herinner ik mij nog heel goed. Hij kwam samen met zijn teamcoach naar mij thuis. Ik was erg zenuwachtig. Het was een kort gesprek. Even kennismaken en een nieuwe afspraak plannen.

Ik vond het spannend en ook wat eng. Wat voor iemand is Lucas? Zou hij net als mijn zus op alles wat aan te merken hebben? Of zich overal mee bemoeien? Of de hele tijd bevelen geven? Of ...

Een week later kwam Lucas alleen op huisbezoek. Tot mijn grote opluchting wilde hij vooral weten wat ik allemaal kon. Hij vroeg helemaal niet naar alle keren dat het mis liep.

OMAR

De eerste maanden dat Fien bij mij kwam, zochten we naar de dingen die ik wel kon. Niet eenvoudig. Mijn tante zorgde al jaren voor mij. Fien was ervan overtuigd dat ik wel op eigen benen kon staan.

EMMA

Ik herken jullie verhaal. Die eerste kennismaking was spannend. Maar ik keek er ook naar uit. Ik had net vernomen dat ik geleidelijk blind zou worden. Wat nu? Een alleenstaande moeder met een peuter van 1 jaar. Mijn wereld stortte in. Maar na ons eerste gesprek kreeg ik opnieuw een beetje moed.

IK VOND HET SPANNEND
EN OOK WAT ENG





KURZFRISTIGE
BEWERTUNG

Lernung
Training
Optimierung

BEGELEIDERS FIEN EN LUCAS

OMAR

Beetje bij beetje groeide mijn vertrouwen in Fien. Ik weet zeker dat ze nooit met andere cliënten over mijn problemen praat. Sommige zaken bespreekt ze met haar collega's tijdens de teamvergaderingen.

EMMA

In de tien jaar bij Ondo, heb ik drie verschillende begeleiders gehad. Ik vind het fijn dat Fien nu al meer dan vier jaar bij mij komt. Het is steeds opnieuw aanpassen, zoeken, elkaar leren kennen. Iedereen pakt de dingen toch iets anders aan.

WARRE

In het begin kwam Lucas drie keer per week. Als hij vakantie had, of als hij ziek was, kwam er steeds een vervanger.

Tegenwoordig kan ik best enkele weken alleen verder. Is er echt iets dringend dan bel ik naar de dienst. Er is altijd wel iemand die me verder kan helpen.

BEETJE BIJ BEETJE
GROEIDE
MIJN VERTROUWEN

HOE VAAK KOMEN FIEN EN LUCAS?

WARRE

Uit onze eerste gesprekken bleek dat we heel wat werk hadden. Lucas stelde voor om drie keer per week langs te komen. Ik was blij. Sinds ik werk heb, komt Lucas 's avonds. En vanaf vorig jaar komt hij maar 1 keer per week. Dat is voldoende want ik kan nu veel meer zelfstandig.

EMMA

Fien komt één keer per week. De ene week komt ze overdag, de andere week 's avonds, als Noor thuis is. We hebben dit besproken. Voor mij is één huisbezoek per week voldoende.

OMAR

Bij mij komt Fien twee avonden per week. We schrijven dit altijd goed op in mijn agenda. Ik kan die zaken moeilijk onthouden.

**'LUCAS STELDE VOOR OM DRIE KEER
PER WEEK LANGS TE KOMEN.
IK WAS BLIJ'**





SAMENWERKEN

WARRE

De eerste maanden waren lastig. Ik was gewend om mij van niemand iets aan te trekken. Nu moest ik rekening houden met Lucas. Samen maakten we duidelijke afspraken. Bijvoorbeeld: als Lucas tegen 10u naar mij kwam, verwachtte hij dat ik uit mijn bed was. Zeker in de beginperiode hadden we al eens meningsverschillen. Ik leerde om hierover te praten zodat we tot een akkoord konden komen. Een akkoord waar we beiden konden achterstaan.

OMAR

Ik vind het fijn dat ik zelf kan bepalen aan welke punten ik wil werken. Samen met Fien zoek ik uit hoe we dit zullen aanpakken. Zal zij me helpen of iemand anders? We maken een stappenplan. Na elke stap bekijken Fien en ik hoever ik sta. Wat loopt goed, waar loopt het fout? Soms moeten we het anders aanpakken.

EMMA

Fien heeft heel veel geduld met mij. Vorige maand was ik zo boos. De bushalte was wéér verplaatst. Ik wilde niemand meer zien. Ook Fien niet. Toen ze aanbelde, smeede ik de deur terug dicht. Enkele dagen later belde ze me terug op en maakten we een nieuwe afspraak. Ik deed mijn verhaal en verontschuldigde me. Fien begreep mijn frustratie maar ze kan er ook niets aan veranderen. Ze stelde voor toch iets te ondernemen. We besloten een e-mail naar De Lijn te sturen. Ik heb nog geen antwoord gekregen. Het voelt alvast beter om iets te doen.

WARRE

Onlangs had ik ruzie met mijn buurman over zijn hond. Dit moest uitgepraat worden. Een gesprek bij mij thuis zag ik niet zitten. Bij de buurman thuis ook niet. Lucas stelde voor om dit op de dienst te doen. Ik vertelde dat het geblaf me gek maakt. De buurman verontschuldigde zich. De hond zit 's avonds alleen. De buurman werkt tot elf uur. Lucas vroeg me of ik na mijn werk met de hond wou gaan wandelen. Dit zagen we wel zitten. De hond blaft nu veel minder.

EMMA

Ik had al een hele tijd geen contact meer met de vader van Noor. Zij had heel veel vragen over haar vader en zijn familie. Ik vond het moeilijk om hierover te praten. Ik hoopte dat Fien mij kon helpen. We hadden een lang gesprek over de familie. Fien en Noor tekenden een stamboom. Ook de oude fotoboeken hielpen om uit te leggen hoe haar familie in elkaar zit.

OMAR

Fien vindt mijn mening heel belangrijk. Zo vroeg ze in het begin waar ik goed in was. Ik wist het niet. Voor de verjaardag van mijn tante wilde ik een kaart maken. 'Prima idee' vond Fien. We kochten tekenpapier en stiften. Ik tekende een boom. Mijn tante was blij met haar verjaardagskaart. Ik was heel trots.

Fien moedigde me aan om nog meer tekeningen te maken. We kochten beter materiaal. Ik maakte nu grote schilderijen op doek. Na enige tijd had ik een hele collectie. Fien vroeg me of het niet leuk zou zijn om mijn werk aan anderen te tonen. Ik twijfelde. Tot het dagcentrum een tentoonstelling organiseerde. Iedereen kon deelnemen. Ik koos mijn vijf mooiste schilderijen uit. Het was eng. Mensen kwamen me vragen stellen. Ik wist niet goed wat zeggen. Fien was enthousiast. En ik vond het fijn dat mensen mijn werk mooi vonden.

Intussen heb ik al aan verschillende tentoonstellingen deelgenomen. Ik vind het niet erg meer als mensen mij vragen stellen. Soms spreek ik hen zelf aan. Vertel ik hoe en waarom ik een schilderij maakte. Elke keer leer ik nieuwe mensen kennen die ook schilderen. Soms wisselen we tips uit.



FIEN VINDT MIJN MENING
HEEL BELANGRIJK.

DE MENSEN RONDON EMMA, WARRE EN OMAR

SAMEN ZOCHTEN WE
UIT HOE IK DIT KON
VERANDEREN. MIJN ZUS EN
IK MAAKTEN DUIDELIJKE
AFSPRAKEN.

WARRE

Met mijn zus had ik heel veel ruzie. Ze bemoeide zich met alles. Ze had een sleutel van mijn appartement en kwam poetsen en koken als ik niet thuis was. Lucas merkte al snel dat de relatie met mijn zus helemaal scheef zat. Samen zochten we uit hoe ik dit kon veranderen. Daarna hadden we een overleg met haar. Mijn zus en ik maakten duidelijke afspraken. Het was voor allebei wennen en dat lukte niet meteen. Ik heb me nog dikwijls aan haar geërgerd.

Sinds enkele maanden loopt alles goed. Elke vrijdag koken en eten we samen. Af en toe gaan we een dag naar zee. Heb ik nieuwe kleren nodig, dan bel ik mijn zus. In de winkel geeft zij raad, maar ik beslis. Poetsen laat ik over aan de poetshulp. Soms hebben we nog wel eens ruzie. Dan kan ik steeds beroep doen op Lucas.

EMMA

Noor helpt mij heel veel. Zij leerde mij om met de computer te werken. Een engelengeduld heeft ze. Keer op keer werd ik boos omdat iets niet lukte. Telkens opnieuw legde zij het uit.

Met de burens had ik altijd al een goed contact. We kennen elkaar al lang. Bij mijn buurvrouw kan ik altijd terecht voor een kop koffie en een gezellige babbel. Ze helpt mij ook vaak met allerlei klussen.





OMAR

Mijn tante deed alles voor mij. Meestal vond ik dat heel gemakkelijk. Ik moest nooit koken of poetsen of wassen. Ze ging ook overal mee naartoe. Dat vond ik soms heel vervelend. Bij de dokter bijvoorbeeld kon ik nooit wat vragen.

Zij voerde het woord. Tante zei steeds: 'Zeur niet, wees blij dat ik voor je zorg'. Wat kon ik daar op zeggen? Ik woonde bij haar.

Toen ze ziek werd, stond ik er plots alleen voor. Ik was blij dat Fien me kwam helpen. Nu woon ik in een studio in hetzelfde gebouw als de dienst. Eerst had ik weinig contact met mijn buurman. Tegenwoordig spreken we vaak af. Net als ik moet hij nog veel leren. Elke zondag koken we samen. Meer dan eens brandt er iets aan of kookt er wat over. Daar moeten we meestal erg om lachen.

Vorig jaar zijn al mijn nieuwe hemden gekrompen in de was. Mijn buurman weet heel goed hoe een wasmachine werkt. We gaan nu samen naar het wassalon. Eén keer per maand gaan mijn buurman en ik naar de film of naar toneel. Volgende zomer willen we een weekend naar zee.

Mijn tante woont nu in een rustoord. Zij heeft zo lang voor mij gezorgd, nu zorg ik voor haar. Ze is altijd heel trots als ik een kaart of een tekening meebreng. Ik bezoek haar minstens één keer per week. Soms gaat mijn buurman mee.

**'ZIJ HEEFT ZO LANG VOOR MIJ GEZORGD,
NU ZORG IK VOOR HAAR.'**

WAARBIJ HELPEN FIEN EN LUCAS?

WARRE

Bij Lucas kan ik met heel wat zaken terecht. We bespreken wat dringend is en wat nog even kan wachten. Dan maken we een planning op.

Het eerste wat we in orde brachten waren mijn geldzaken. Ik ontdekte dat een bewindvoerder voor mij de beste oplossing was. Ik hoef me voortaan geen zorgen meer te maken over onbetaalde rekeningen. Voor alledaagse aankopen heb ik een bankrekening waar mijn leefgeld op staat. Lucas leerde me hoe ik een bankkaart gebruik.

Werk zoeken was een volgende uitdaging. Samen zochten we uit waar ik goed in ben. We oefenden sollicitatiegesprekken in. Telkens een gesprek op niets uitliep, sprak Lucas me moed in. Het duurde even, maar nu werk ik in een beschutte werkplaats. Intussen ben ik daar bijna twee jaar. Meestal verloopt alles prima. Toch blijft Lucas dit mee opvolgen. Het geeft mij een veilig gevoel.

Het duurde maanden voor ik Lucas durfde vertellen dat ik vaak zin heb in kussen, knuffelen en meer. Oef, Lucas begreep me. Samen bekeken we de mogelijkheden. Waar kon ik iemand ontmoeten? Wilde ik naar een prostitué? Zou ik lid worden van een vrijgezellenclub? Of me inschrijven bij een relatiebureau? Misschien naar dansavonden gaan? Durfde ik iemand aanspreken op café? Ik besloot mij in te schrijven op een speciale site op het internet. Enkele afspraken volgden. Er werd wel wat geknuffeld en meer. Maar dit was niet wat ik zocht. Alleen kussen en knuffelen is niet genoeg. Ik wil dit doen met iemand die me graag ziet. Lucas en ik bedenken nu hoe we dit verder aanpakken.

WARRE



OMAR

Toen ik pas in begeleiding was, ben ik een periode aan de drugs geweest. Ik was alles zo beu, alles was zo moeilijk. De drugs gaven me een goed gevoel. Maar ik had steeds meer nodig. Soms nam ik ook pillen, om wakker te blijven of om te kunnen slapen. Het gebeurde dat ik dagen niet thuis kwam. Dan werd ik wakker in een park. Ik wist niet eens waar ik was. Elke week stond Fien aan mijn deur. Soms was ik thuis soms niet. Ze bleef me bellen om steeds een nieuwe afspraak te maken. Op een keer vond de politie mij op straat. Ik lag er te slapen. Ik kon me niets herinneren van de vorige dagen. Na een nacht in de gevangenis beseftte ik dat het zo niet verder kon.

Terug thuis belde ik Fien. Ze is meteen gekomen. We hebben toen heel lang gepraat. Enkele dagen later stapte ik naar een ontwenningsskliniek. Tijdens mijn verblijf daar liet Fien me niet in de steek. We hadden elke week contact. Soms kwam ze langs, anders telefoneerde ze. Ze moedigde me aan.

Toen ik uit de kliniek mocht, verhuisde ik naar de studio waar ik nu nog woon. In het begin had ik het heel moeilijk. Fien bleef me steunen, ook als het fout liep.

EMMA

Ik probeer zoveel mogelijk zelfstandig te doen. Sommige dingen die ik vroeger wel kon, lukken nu niet meer. Naar een onbekende plek gaan, is altijd lastig. Met Fien oefen ik het traject in. Na enkele keren lukt het meestal wel. En als het toch eens fout loopt, kan ik bij Fien terecht met mijn frustraties. Ze luistert en geeft me moed om weer verder te gaan.

Bij de opvoeding van Noor krijg ik ook veel hulp van Fien. Ze geeft tips en gaat mee naar het oudercontact. Enkele maanden geleden kreeg ik bericht van de school. Noor spijbelde.

Ze had al verschillende lessen gemist en ze maakte haar huistaken niet. Ik was ten einde raad. Waarom doet ze zoiets? Noor, Fien en ik hebben hier samen over gepraat. Noor was het 'moeten' beu. Op school 'moet' ze luisteren, 'moet' ze huistaken maken en 'moet' ze lessen leren. Thuis 'moet' ze mij ook dikwijls helpen. We hebben afspraken gemaakt. Noor gaat sinds september elke zondagvoormiddag naar de jeugdbeweging. Af en toe gaat ze op woensdagnamiddag naar haar vriendinnen.

ZE LUISTERT EN
GEEFT ME MOED OM
WEER VERDER TE GAAN.



Veterans
Training
Outreach



WARRE, EMMA, OMAR EN ONDO

WARRE

Elk jaar organiseert Ondo een nieuwjaarsfeest en een uitstap. Het eerste jaar durfde ik niet mee. Ik kende niemand. Het volgende jaar zette ik toch de stap. Op aanraden van Lucas ging ik naar het nieuwjaarsfeest. Hij zat bij mij aan de tafel. De andere mensen kende ik niet maar we raakten al snel aan de praat. Ik vond het ook fijn om de andere begeleiders te leren kennen.

OMAR

Vorig jaar waren er verkiezingen voor de gebruikersraad. Fien stelde voor dat ik me kandidaat zou stellen. Ik aarzelde. Vergaderen, zou ik dat wel kunnen? Fien had er alle vertrouwen in. Ik durfde het aan. Wat was ik blij toen ik verkozen werd. Nu vergader ik elke maand samen met acht andere cliënten van Ondo. Wij vertegenwoordigen alle cliënten. Drie coaches helpen ons. Ik leerde hier veel bij. Eerst luisterde ik vooral naar de anderen. Nu durf ik mijn mening zeggen. Volgende vergadering ben ik voor de eerste keer voorzitter.

EMMA

Nu ik steeds beter met de computer overweg kan, schrijf ik vaak een artikel voor de Tam-Tam, de nieuwsbrief van Ondo. Mijn buurvrouw vindt het leuk om mij daarbij te helpen. Samen maakten we al een grappige tekst, een kwis en een puzzel. Volgende keer komt ons favoriete recept in de Tam-Tam.

NU DURF IK
MIJN MENING ZEGGEN.

DE TOEKOMST VAN EMMA, WARRE EN OMAR

WARRE

Op dit ogenblik ben ik tevreden met de ondersteuning die ik krijg. Ik heb veel bijgeleerd. Heel wat zaken die mijn zus vroeger voor mij deed, kan ik nu zelf. Andere dingen lukken mij nog niet. Ik droom ervan om opnieuw een relatie te hebben, samen te wonen of te trouwen. Misschien red ik het dan zonder de hulp van Lucas.

OMAR

Mijn buurman en ik dromen ervan om nog lang in onze studio's te blijven wonen. Wij hebben zoveel plezier samen. Als het nodig is hebben we elk de privacy van onze eigen woning.

EMMA

Ik weet dat ik altijd ondersteuning van Ondo zal nodig hebben. Ik hoop om met deze begeleiding zo lang mogelijk zelfstandig te blijven wonen ook als Noor het huis uit is.





Contact dienst

INFO@ONDO.NU

WWW.ONDO.NU

T. 03 633 90 90

Aanmelding en onthaal

INFO@TOPIXGROEP.BE

WWW.TOPIXGROEP.BE

GSM 0498 87 96 84

Ingang

SCHAPENSTRAAT 24

2140 BORGERHOUT

Postadres

HELMSTRAAT 109 BUS 16

2140 BORGERHOUT

partner van

