

Meedoen werkt!



Uniek
in herstel
Je doet
ertoe

anton constandse

Uniek in herstel. Je doet er toe!

Bij Anton Constandse helpen we mensen met een ernstige psychische aandoening op weg. Samen kijken we naar wat je in je dagelijks leven nodig hebt voor jouw herstel. Jij neemt hierin het voortouw en wij ondersteunen je waar nodig. Samen werken we aan jouw dromen en doelen. Een vaste structuur in je dag, regelmatige activiteiten en sociale contacten kunnen je helpen bij je herstel. Onze medewerkers van de afdeling participatie begeleiden je hierbij.

Waarom kun je meedoen?

Samen gaan we met elkaar in gesprek en kijken we wat bij jou past. Wil je vooral ontspannend bezig zijn, om rust in je

hoofd en leven te krijgen? Of wil je je energie kwijt? Wil je vaardigheden aanleren om weer te kunnen werken? Of wil je vooral nieuwe mensen leren kennen? Afhankelijk van jouw behoeftes zoeken we naar geschikte activiteiten. Hieronder de mogelijkheden:

Anton ontspant

De activiteiten bij 'Anton ontspant' zijn erop gericht om jou op een leuke manier een uitdaging te bieden. Dit loopt uiteen van sporten of yoga tot schilderen of samen kaarten. En van muziek maken in een band tot in de tuin werken. Er is van alles mogelijk. Zo kun je kiezen om met andere deelnemers een activiteit te doen of juist alleen. We kijken naar jouw interesses, wat je wil leren en welke activiteiten het beste bij jou passen.

Anton ontwikkelt

Binnen 'Anton ontwikkelt' zijn verschillende groepen cliënten die hun ervaringen delen. Zo is er een steunpunt



stemmenhoren en een lotgenotengroep voor mensen met een depressie. De groepen worden begeleid door ervaringsdeskundigen. Vanuit hun ervaring nemen ze je mee in hoe je omgaat met je ziektebeeld, je omgeving en andere zaken die een rol spelen in het dagelijks leven. De nadruk ligt op ontmoeting, voorlichting en in contact komen met mensen die hetzelfde meemaken als jij. Zodat je leert van de ervaringen van anderen.

Anton onderneemt

Bij 'Anton onderneemt' ben je gericht bezig met de stap naar werk, betaald of vrijwillig. Je ontwikkelt vaardigheden die daarbij horen, zoals op tijd komen, samenwerken, een taak zelfstandig uitvoeren en afmaken, en samenwerken in een team. Bij Anton Constandse hebben we meerdere werkplaatsen waar je kunt oefenen: in de tuinen, bij de computerwerkplaats Haaitek, in Anton's Kitchen, op de houtwerkplaats of fietsenwerkplaats.

Individuele Plaatsing en Steun

Als je een stap naar werk wilt zetten, kun je meedoen in het traject Individuele Plaatsing en Steun. Je wordt dan persoonlijk begeleid en gecoacht om een baan te vinden. We kunnen je bij het hele traject ondersteunen: van het zoeken naar een vacature tot het oefenen van een gesprek. Ook kunnen we je begeleiden als je een baan hebt gekregen en bijvoorbeeld vragen hebt over het omgaan met lastige situaties of afspraken maken met je baas.

Aanmelden

- Ben je al cliënt bij Anton Constandse? Vraag dan je herstelondersteuner welke mogelijkheden er voor jou zijn.
- Ben je nog geen cliënt en wil je activiteiten bij ons volgen? Dan kan je je aanmelden via de website: www.stichtingantonconstandse.nl/aanmelden

Voor het deelnemen aan de activiteiten is een indicatie nodig.



Contact

Kijk voor meer informatie op onze website www.stichtingantonconstandse.nl of neem contact op met de afdeling cliëntsysteem via 070 308 20 90 of clientservice@stichtingantonconstandse.nl



“Alle mensen hebben
recht op een waardig en
goed leven, midden in
de samenleving. Want
iedereen doet ertoe.
Dit is waar Anton
Constandse voor staat”



Anton Constandse

De Werf 15 II

2544 EH Den Haag

070 321 02 14

info@stichtingantonconstandse.nl

www.stichtingantonconstandse.nl