

“We waren eerst huiverig, je wilt geen zeur zijn”

De Eigen Kracht-bijeenkomst van Diana en Hamed

Voor Diana en Hamed was de geboorte van hun zoon Thomas heel bijzonder. “Het heeft twee jaar geduurd voor ik zwanger werd,” vertelt Diana. “Toen het eindelijk raak was, waren we zo gelukkig!” De eerste maanden geniet het gezin volop, maar als Diana weer gaat werken verandert dat. Hamed: “Thomas hielde altijd al veel. Je hoort dat wel vaker, dus wij maakten ons geen zorgen. 's Nachts gingen we er soms wel zes keer uit en lang niet altijd had hij dan honger. Diana sliep overdag een beetje bij, maar toen ze ging werken kon dat niet meer.”



Het stel legt contact met het Centrum voor Jeugd en Gezin voor advies. De tips die ze krijgen lijken even te helpen. “Achteraf was het vooral het gevoel dat we er iets aan deden, wat ons toen op de been hield,” vertelt Diana. “Controles op het consultatiebureau gaven geen reden tot zorg, dus we gingen maar gewoon door.”

Tot het uiteindelijk niet meer gaat. Diana krijgt de ziekte van Pfeiffer en voor Hamed wordt het teveel om naast zijn drukke en onregelmatige baan ook het hele huishouden te doen. “Bij het CJG werd toen een Eigen Kracht-bijeenkomst geop-

perd. We waren eerst wat huiverig. Onze omgeving wist natuurlijk wel dat het niet lekker liep, maar familie woont ver weg en vrienden val je er niet steeds mee lastig. Iedereen is druk en heeft jonge kinderen, je wilt geen zeur zijn.”

Diana en Hamed besluiten zich aan te melden. De Eigen Kracht-coördinator die hen gaat helpen met het organiseren, komt de volgende dag al thuis voor het eerste gesprek. Daarin praten ze over de hulpvraag voor de conferentie en maken ze een lijst van mensen die uitgenodigd kunnen worden. Hamed: “Vooraf dachten we aan zes per-

sonen. Op meer mensen durfden we niet te hopen. De Eigen Kracht-coördinator dacht daar heel anders over. Die vroeg gewoon wie er voor ons belangrijk zijn en met wie we graag praten over wat ons bezig houdt. Toen hadden we opeens een lijst van drieëntwintig mensen!” Verder bespraken ze op welke locatie het stel de Eigen Kracht-bijeenkomst wil houden en of er informatie nodig is van professionals.

Na het eerste gesprek gaat de Eigen Kracht-coördinator alle mensen langs die op de lijst staan. Bijna iedereen geeft aan er graag bij te willen zijn om mee te denken over oplossingen. Diana: “Wij wisten natuurlijk niet wanneer de Eigen Kracht-coördinator bij wie op bezoek ging. Bijna elke keer werd er meteen na zo'n gesprek gebeld. Onze familie en vrienden waren geschrokken hoe slecht het hier eigenlijk ging en wilden al meteen iets doen. Doordat iedereen zo overtuigd was van de nood, kon de conferentie al binnen twee weken plaatsvinden. In die tijd heeft mijn moeder bij ons gelogeed. Dat was super, en gaf al heel veel rust.”

In het eerste deel van de Eigen Kracht-bijeenkomst vertelt de huisarts over Pfeiffer, over het herstel

van Diana en over de verzorging van Thomas. Met deze informatie gaan Diana, Hamed en hun mensen aan de slag om een plan te maken. Hamed: “We zijn bijna de hele dag bezig geweest, maar hebben een goed plan kunnen maken. Uit-

gangspunt is dat Diana en Thomas thuis zijn en in een strak ritme zitten met veel rust. We krijgen hulp bij het huishouden, bij de opvoeding en zelfs is in het plan opgenomen dat ik een keer in de week met vrienden afspreek.”

Eigen Kracht: de regie in eigen hand!

Mensen kunnen samen met familie, vrienden en dierbaren heel goed een oplossing bedenken als het tegenzit. Eerst uit eigen kracht putten, voordat buitenstaanders ingeschakeld worden. Een Eigen Kracht-bijeenkomst geeft ouders, maar ook kinderen de mogelijkheid om zelf, samen met familie, vrienden en andere bekenden een plan te maken voor een oplossing of voor hulp. De kracht voor de oplossing komt vanuit de familie en alle belangrijke mensen daaromheen.

In een Eigen Kracht-bijeenkomst komen zij bij elkaar met een Eigen Kracht-coördinator en een hulpverlener. Samen wordt een plan voor de toekomst gemaakt.

Praat er eens over met het CJG

Meer weten over Eigen Kracht? Praat er eens over met het Centrum voor Jeugd en Gezin. Het

CJG is er voor alle opvoed- en opgroevragen. Soms is een enkel gesprek met een CJG-medewerker voldoende, maar soms is er meer nodig. Dan is Eigen Kracht een van de mogelijkheden. De hulp van het CJG is gratis en een afspraak is niet nodig. Kijk voor de inloopsprekuren en de contactgegevens op www.cjgzwolle.nl. Meer weten over Eigen kracht, kijk dan op www.eigen-kracht.nl.

