



- Leiden/Randgemeenten
- Duin- en Bollenstreek
- Rijnstreek

Alphen aan den Rijn: Aarlanderveen, Alphen aan den Rijn, Zwammerdam

Hillegom

Kaag en Braassem: Bilderdam, De Kaag, Hoogmade, Nieuwe Wetering, Oud Ade, Oude Wetering, Leimuideren, Rijpwetering, Roelofarendsveen, Rijnsaterwoude, Woubrugge

Katwijk: Katwijk, Rijnsburg, Valkenburg

Leiden

Leiderdorp

Lisse

Nieuwkoop: De Meije, Korteraar, Langeraar, Nieuwkoop, Nieuwveen, Noordeinde, Noorden, Noordsedorp, Papenveer, Ter Aar, Vrouwenakker, Woerdense Verlaat, Zevenhoven

Noordwijk

Noordwijkerhout: Noordwijkerhout, De Zilk

Oegstgeest

Rijnwoude: Benthuizen, Hazerswoude-Dorp, Hazerswoude-Rijndijk, Koudekerk aan den Rijn

Teylingen: Sassenheim, Voorhout, Warmond

Voorschoten

Zoeterwoude

Vriendendienst strekt zich uit over de gehele regio Zuid-Holland Noord

VRIENDEN dienst

Zuid-Holland Noord

Onze adressen zijn:

- Regio Duin- en Bollenstreek
Locatie Leeuwenhorst
(in het congrescentrum)
Langelaan 3
2211 XT Noordwijkerhout
0252-375285
vriendendienst@rivierduinen.nl
- Regio Leiden
Steunpunt vrijwilligerswerk
Breestraat 15
2311 CG Leiden
071-5160470
vriendendienst@libertasleiden.nl
- Regio Rijnstreek
ActiVite Thuiszorg Groot Rijnland
Postbus 149
2350 AC Leiderdorp
071-5161415
(Afspraken mogelijk binnen het hele werkgebied)
vriendendienst@activite.nl

www.vriendendienst.info

DEELNEMERSINFORMATIE

Maatjes voor mensen met een psychiatrische achtergrond, een rijke ervaring

Een initiatief van:

- Libertas Leiden
- Rivierduinen
- ActiVite Thuiszorg Groot Rijnland
- Valent



VRIENDEN dienst

Zuid-Holland Noord

www.vriendendienst.info

Jan is 27 jaar en woont zelfstandig. Eén keer in de drie weken heeft hij een gesprek met z'n hulpverlener. Af en toe heeft hij een "terugslag" en is dan een beetje in de war. Jan heeft veel vertrouwen in zijn hulpverlener, maar hij zou graag wat meer mensen willen ontmoeten. Jan heeft een brede belangstelling en wil graag een maatje om één keer in de week mee te praten of zo af en toe er op uit te gaan.

Carla is 49 jaar. Zij heeft, nadat 20 jaar geleden de diagnose schizofrenie werd gesteld, drie opnames achter de rug. Mede dankzij haar medicijnen is zij nu goed in staat een zelfstandig leven te leiden. Toch voelt zij zich regelmatig eenzaam. Contact leggen met andere mensen gaat haar moeizaam af. Carla zou af en toe eens willen gaan fietsen met iemand...of samen een museum bezoeken.

Murad kreeg, na jaren van veel spanningen in zijn leven op zijn 37 ste plotseling een psychose. Na een korte opname weer thuis was schaamde hij zich enorm voor zijn familie en vrienden. Hij kon er met zijn vrienden niet over praten hoe het voor hem geweest was. Hij had het idee dat ze hem niet toch niet zouden begrijpen. Hij begon zich steeds meer terug te trekken uit angst en schaamte. Wat zou het een groot verschil voor hem maken om een maatje te krijgen die gezellig langskomt en hem het gevoel geeft dat hij geaccepteerd wordt zoals hij is. Misschien durft hij dan wel, af en toe, mee naar buiten te gaan om samen een wandeling te maken.

Anja is 40 en weduwe. Haar man werd plotseling ziek en ineens was zij alleen. Anja is een tijdlang depressief geweest en een paar keer opgenomen. Nu gaat het beter met haar, maar zij kan het alleenzijn niet goed aan. Haar familie woont ver weg. Anja wil graag af en toe eens met iemand een stukje wandelen of winkelen. Gezelligheid.

Herkent u zich hierin?

Bent u iemand die:

- door langdurende psychiatrische problematiek moeit heeft met het leggen van contacten
- (na eventuele opname) zelfstandig woont?
- graag wat meer afwisseling in de dagvulling wil?
- moeite heeft om er alleen op uit te gaan?
- regelmatig bezoek zou willen krijgen van iemand die belangstelling voor u heeft?
- woonachtig is in de regio Zuid-Holland Noord?

... dan is een maatje via de Vriendendienst wellicht iets voor u!

**VRIENDEN
dienst**

Zuid-Holland Noord

Vriendendienst is lid van



Hoe werkt de Vriendendienst?

Nadat u zich heeft aangemeld, brengt de coördinator van de Vriendendienst u een bezoek. In dit gesprek van ongeveer 1 uur bekijken we of de vriendendienst iets voor u is en wat u zou willen. Als we een geschikte vrijwilliger gevonden hebben, brengen wij u hiervan op de hoogte. De vrijwilliger neemt contact met u op voor een kennismakingsgesprek.

De vrijwilliger kan bijvoorbeeld bij u op bezoek komen voor een praatje, maar u kunt ook samen gaan wandelen, winkelen of naar de markt, het theater of het buurthuis.

Als het contact u bevalt, blijft de vrijwilliger in principe voor een jaar uw vaste maatje, met wie u eens in de week of eens in de veertien dagen een afspraak hebt. De coördinator blijft regelmatig contact houden met u beiden en blijft verantwoordelijk voor een goede afstemming van het contact.

Wilt u zich aanmelden?

Wilt u meer informatie of wilt u zich laten inschrijven, neem dan contact op met de Vriendendienst in uw regio.

De telefoonnummers en e-mailadressen vindt u op de achterzijde.

Bij afwezigheid van de coördinator kunt u een bericht inspreken.