



Wat is Het Kiemuur?

- Wekelijkse bijeenkomst in de wijk voor **iedereen** die sociaal contact, positiviteit, steun en advies zoekt.
- Gericht op preventie en herstel van bezoeker
- Ondersteund door gediplomeerde ervaringsdeskundigen
- Geen wachtlijst, geen indicatie en gratis toegankelijk.



Wat betekent Het Kiemuur voor de gemeenschap?

Wijkinloop voor iedereen

Wijkinloop voor alle mensen die contact, steun en advies in de buurt zoeken.

Ervaringsdeskundigen

Steun van ervaringsdeskundigen voor zorgprofessionals zoals de POH, sociaal werk, GGZ, woningbouwcorporaties etc.

Zorgplicht voor kwetsbare burgers

Deelgenotencontact: dat is het succes achter Het Kiemuur.

Ervaringsdeskundigen kunnen vanuit hun eigen ervaringen wijkbewoners op een gelijkwaardig en persoonlijk niveau benaderen. Zo bereiken zij (onzichtbare) kwetsbare burgers: mensen die tussen wal en schip vallen, maar waar de gemeente wel een zorgplicht voor heeft.

Wat betekent Het Kiemuur voor de gemeenschap?

Wijkambassadeurs

De kracht van ervaringsdeskundigen reikt verder dan alleen de wijkinloop van Het Kiemuur. Zij fungeren ook als wijkambassadeurs. Door hun positie en persoonlijke ervaringen hebben ervaringsdeskundigen een sterke preventieve signaleringsfunctie. Zij kijken en denken mee met de zorgprofessionals in de wijk.

Sparring partner voor gemeenten

Ervaringsdeskundigen hebben specifieke kennis in huis over de diverse doelgroepen met kwetsbaarheden. Regelmatig vragen gemeenten om hun advies over en ondersteuning bij de uitvoering van het zorgbeleid omtrent deze doelgroepen. Ervaringsdeskundigen kunnen de kwaliteit van het zorgaanbod van een gemeente goed peilen en aangeven waar de verbeterpunten zitten.



Wie kan terecht bij Het Kiemuur?

- Voor **iedereen** die een steun in de rug kan gebruiken:
 - Verslaving/dubbele diagnose
 - Psychische problemen
 - Eenzaamheid
 - Financiële problemen
 - Armoede
 - Chronische aandoeningen
 - Moeite met zelfredzaamheid
 - Door een ontwrichtende ervaring.
- Bezoekers kunnen met **al hun vragen** terecht.



Hoe ziet herstel voor de bezoeker eruit bij Het Kiemuur?

- ↯ Sociaal contact met anderen in een veilige omgeving
- ↯ Ontdekken dat ze niet de enigen zijn
- ↯ Veiligheid voelen en vertrouwen krijgen
- ↯ Schaamte en zelfveroordeling doorbreken
- ↯ Bewust worden van het eigen herstelproces
- ↯ Op eigen tempo hun verhaal en kwetsbaarheden leren delen met anderen
- ↯ Leren door onvoorwaardelijke steun
- ↯ Zelf verantwoordelijkheid nemen voor het eigen leven en eigen geluk
- ↯ Te weten welke stappen hiervoor nodig zijn en dat ze er niet alleen voor staan
- ↯ *Maar óók: doorgroeien naar co-creator of vrijwilliger met meer verantwoordelijkheden!*

Reacties van bezoekers aan Het Kiemuur

- ▶ “Mijn valkuil is dat ik te veel alleen ga zijn. Dat vind ik op zich fijn, maar ik weet dat ik wel contact nodig heb. En dan is er het Kiemuur. Ik ga een keer per week. Zodat ik wat contacten heb en weet dat ik mensen zie. Ik vind het wel gewoon fijn om met mensen te zijn die een beetje hetzelfde hebben meegemaakt. Niet altijd letterlijk hetzelfde. Maar die wel obstakels zijn tegengekomen in hun leven. Fijn om het erover te hebben en te horen hoe zij daarmee zijn omgegaan en hoe zij dat hebben opgelost.”
- ▶ “De tweede keer durfde ik te vragen om een tweede kopje koffie. Dat had ik normaal nooit gedaan. Het voelde heel goed dat ik dat deed. En er werd ook positief op gereageerd, dus dat kan ik de volgende keer weer doen. (zelfvertrouwen)”
- ▶ “Ik heb heel veel over mezelf geleerd door het Kiemuur. Dat ik met dingen bleek te zitten waarvan ik zou denken dat ik er niet mee zat. Die kon ik dus gaan verwerken. Bijvoorbeeld dat ik vroeger gepest ben. Dat zit toch hoger dan ik dacht. En bijvoorbeeld mijn angststoornis. Dat ik toch wel voor heel veel dingen bang ben. Dat dat niet erg is ook. Ik hoorde dat andere mensen ook angsten hebben en dat is fijn om te horen, erkenning weer.”



Waar en wanneer?

- Alle dagen in de week behalve zaterdag.
- Online & fysiek in wijkcentrums.
- Tilburg, Goirle, Oisterwijk & Hilvarenbeek.

<https://www.hetkiemuur.nl/waar/>

Wie werken er bij Het Kiemuur?

- Gediplomeerde ervaringsdeskundigen:
Mensen met ervaring met kwetsbaarheid die zelf een herstelproces hebben doorlopen.
- Door de ervaring met herstel kunnen zij aansluiten bij levenservaringen van bezoekers.
- Werken herstelgericht vanuit die ervaring en sluiten aan bij de herstelfasen van bezoekers.



Wil je meer weten over Het Kiemuur?

Ga naar: www.hetkiemuur.nl

Of bezoek onze facebook pagina: Het Kiemuur

Contact:

- 06 -15904492
- Info@HetKiemuur.nl

