

De Eigen Kracht-conferentie van Reza (15):

“Thuis maakten we alleen maar ruzie met elkaar. Overall om. Hoe laat ik thuis moest zijn, over huiswerk, over mijn vrienden, over kleding en vooral over geld. Eén keer hebben mijn moeder en ik een week lang niet met elkaar gepraat. Een half jaar geleden was het heel erg. Toen hebben we elkaar geslagen.

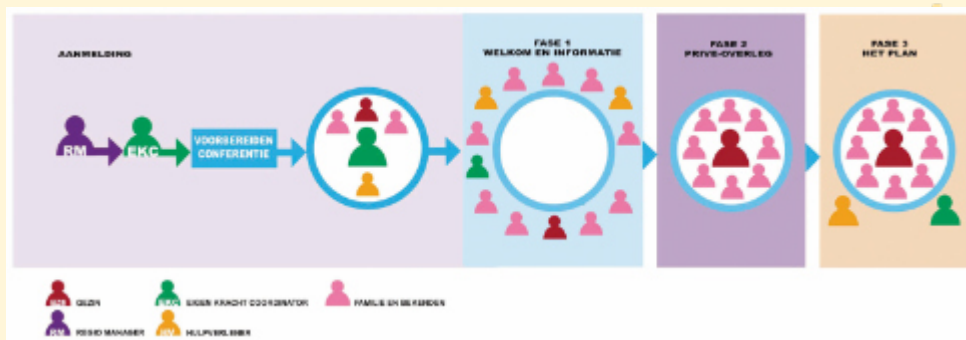


Op school vertelde mijn mentor over een Eigen Kracht-conferentie. Mij leek het wel wat om zelf te kunnen zeggen wat je wilt. Mijn moeder zei eerst nee. Ze wilde niet dat andere mensen zouden weten dat het niet goed gaat.

Mijn oma heeft met haar gepraat en toen zei ze ja. John was de Eigen Kracht-coördinator. Hij nodigde iedereen uit en regelde de bijeenkomst. Er kwamen elf mensen. Eerst vertelde een hulpverlener iets en daarna ging zij met John weg. Dat was even spannend. De vader van iemand uit mijn klas ging toen allemaal ideeën opschrijven. Daarna gingen we met elkaar praten en een plan maken.

Mijn moeder krijgt nu een cursus en ik logeer in het weekend bij mijn oom en tante. Af en toe gaan we met alle mensen van de conferentie eten. Dan bespreken we hoe het gaat. Ik vind dat het goed gaat. We maken minder ruzie. Ook op school gaat het beter. Als het goed blijft gaan, haal ik dit schooljaar mijn diploma.”

Het verloop van een Eigen Kracht-conferentie



Als het niet zo goed gaat...

“Samen met mensen die ik zelf kies, maak ik met eigen kracht een plan dat werkt.”

Elke persoon of ieder gezin heeft wel eens een moeilijke tijd. Dat kan komen door bijvoorbeeld ziekte, een scheiding of schulden. Als het niet zo goed met je gaat, kun je met hulp van anderen je situatie verbeteren.

Door met familie, vrienden en andere bekenden een plan te maken, kun je samen problemen oplossen en je situatie verbeteren. Lukt dat niet zelf? Dan kun je de Eigen Kracht Centrale vragen om jullie te helpen bij elkaar te komen en samen na te denken over een plan.

Hoe gaat dat?

Je komt met je familie, vrienden en bekenden bij elkaar. Je bespreekt wat er aan de hand is. Iedereen denkt mee over oplossingen.

Eén van onze ongeveer 250 Eigen Kracht-coördinatoren helpt om de mensen uit je eigen kring bij elkaar te brengen. Op jouw manier en in de taal die jij spreekt. Ook zorgt deze coördinator voor de informatie die nodig is om goede besluiten te nemen. Zo'n bijeenkomst heet een Eigen Kracht-conferentie. Zo kunnen jullie zelf een plan maken. Jouw toekomstplan!

Contact

Wil je weten of zo'n Eigen Kracht-conferentie iets voor je is? Wil je jezelf of iemand anders aanmelden? Wil je een vrijblijvend gesprek met een Eigen Kracht-coördinator?

Bel 085 - 049 85 64

Of stuur een e-mail naar info@eigen-kracht.nl

In de Jeugdwet, de Wmo en de Wvz staat dat mensen recht hebben op een eigen plan. Hulpverlening sluit aan op dat plan. Veel gemeenten vinden dit belangrijk en betalen de kosten van de conferentie.

Een video met uitleg vind je hier: Scan de code met de camera van je telefoon.



“Eerlijk gezegd gaat het niet zo goed...”



Vraag in een lastige situatie mensen in je omgeving om met je mee te denken. **Het werkt!**

Hoe werkt samenredzaamheid?

1. Deel je zorgen met mensen die dichtbij je staan. Vraag of ze willen meedenken over een oplossing.

2. Kom bij elkaar en maak een plan. Jouw plan met duidelijke afspraken.

Lukt het niet? Iemand van de Eigen Kracht Centrale kan meehelpen familie, vrienden en informatie samen te brengen.

En... het werkt.

Kun jij zelf of kan iemand uit je omgeving ook wat hulp, denkkracht en daadkracht gebruiken?

Ga naar [eerlijkgezegd.nu](https://eigenkrachtcentrale.nl) of bel

085 - 049 85 64.

We zijn socialer dan ooit. We delen alles met elkaar op social media. Vinden we leuk.

Als het even niet zo goed gaat, houden we dat liever voor onszelf.

Omdat we niemand tot last willen zijn, denken dat we het zelf kunnen oplossen of omdat we ons schamen.

60% van de Nederlanders vraagt op zo'n moment niemand anders om hulp.

Dat is toch gek eigenlijk...

Vooral als je bedenkt dat we gemiddeld zo'n tien mensen om ons heen hebben die willen meedenken.

Samenredzaamheid noemen we dat.