



SAMEN VOOR UNIEKE ZORG

Samen met Puck en Jona van het Leidsche Rijn College gingen we langs bij Umah-hai. Communicatieadviseur Daphne Manders en deelnemster Annemieke leidden ons rond en vertelden ons alles over dit bijzondere woon-werk initiatief in de oude Ridderhofstad Den Engh.

We worden enthousiast begroet door Daphne's hond Bente en dat is precies wat de mensen van Umah-hai ons tijdens gesprek duidelijk maken: je bent altijd welkom bij Umah-hai!

HET VERLEDEN

Samen zorgen voor elkaar
Umah-hai is opgericht door drie vrienden met een verleden in de psychiatrie of de verslavingszorg. Daphne: "Zij merkten dat ze steeds terugvielen als ze weer thuis waren. Ze misten een gemeenschap, het samen zorgen voor elkaar."

Groot huis

Umah-hai betekent groot familiehuus en op dit moment zijn er vijf huizen in Driebergen, drie in Doorn en sinds juni 2013 ook een in Terwijde, in de oude Ridderhofstad Den Engh.

Ridderhofstad Den Engh

op ten noort blijdenstein architecten renoveerde de oude boerderij aan de

Emmerich Kalmanlaan 14. Het voorhuis is gesplitst in twee woonunits en in de deel is een gemeenschappelijke ontmoetingsruimte en keuken. Naast de boerderij is een nieuwe veldschuur gebouwd met tien woonunits. Achter de veldschuur ligt een enorm grote moestuin en de hooiberg is verbouwd tot atelier en werkruimte.

HET HEDEN

Unieke, persoonlijke zorg

Er wonen en werken op dit moment ongeveer 70 mensen bij Umah-hai. De deelnemers onderhouden samen de moestuin, de fruitboomgaard en het 1,5 hectare grote buitenterrein. Sommige deelnemers volgen een opleiding of hebben betaald of vrijwilligerswerk buiten Umah-hai. Deelnemers kunnen in het atelier werken en er zijn workshops meditatie en yoga. Twee keer per week wordt er samen gegeten. Met zijn of haar coach maakt een deelnemer afspraken over persoonlijke doelen, zoals een

goede weekstructuur, werk binnen of buiten Umah-hai of de uitstroom naar zelfstandig wonen.

Ervaringsdeskundigen

Tachtig procent van de mensen die bij Umah-hai in dienst zijn, heeft, net als de oprichters van Umah-hai, zelf een verleden in de psychiatrie of de verslavingszorg of iemand in hun directe omgeving heeft dat. Daphne: "Daardoor weten ze beter wat mensen nodig hebben en is er geen afstandelijke hulpverlener - cliënt relatie. Begeleiders en deelnemers zijn hier 'zoals het hoort' allemaal gelijkwaardig aan elkaar. Er is een echt thuisgevoel."

Goede buur

Daphne: "Soms heerst er helaas nog een vooroordeel over onze deelnemers. Door een positieve en actieve rol te spelen in de buurt willen we dat stigma bestrijden en acceptatie bevorderen. We hebben een open huis gehouden voor familieleden en buurtbewoners, verkopen soms

de oogst van de moestuin aan de weg en organiseren op woensdagmiddag activiteiten voor kinderen uit de buurt. En Ridderhofstad Den Engh is openbaar terrein; je kunt hier wandelen, je hond uitlaten en een kijkje nemen in de moestuin. Veel mensen doen dat gelukkig ook: ze komen langs, maken een praatje en ontdekken dat wij net als ieder ander zijn."

DE TOEKOMST

Veranderingen zorg

Door de veranderingen in de zorg is veel onzeker. Daphne: "Maar Umah-hai blijft een woonplek bieden, deelnemers blijven werken aan persoonlijke doelen en samen blijven we zoeken we naar een passende uitstroom. Wij willen klein blijven en ons familiale karakter behouden. We zoeken de groei in nieuwe verbindingen en het uitbreiden

van bestaande samenwerkingen. Aan ons moestuinproject zouden bijvoorbeeld ook mensen van buiten mee kunnen doen, zoals cliënten van zorginstellingen of mensen met een indicatie."

Feest

Daphne: "In september vieren we hier het 10-jarig jubileum van Umah-hai met een groot feest. Meer informatie hierover vind je binnenkort op onze site. Maar mensen mogen ook altijd langskomen, bellen of mailen; wij staan altijd open voor contact."

*Foto linkerpagina:
Daphne met haar hond Bente,
die altijd meegaat naar Umah-hai*

Daphne: "In het nieuwe logo komen onze kernwaarden terug: het vangnet, de bescherming en de deelnemer centraal."

Umah-hai
Emmerich Kalmanlaan 14, Utrecht
030 - 743 66 00
www.umah-hai.nl



INTERVIEW MET DEELNEMER ANNEMIEKE

Door Jona Bosman, redactie LRC.next (Leidsche Rijn College)

Annemieke woonde op een zorgboerderij in Wageningen toen haar tante haar vertelde over Umah-hai en het initiatief sprak haar erg aan. Ze wilde namelijk nog niet helemaal op zichzelf wonen, maar wel wat meer zelfstandigheid. Umah-hai paste daar perfect bij. Annemieke woont er nu 15 maanden en ze is er heel tevreden. Ze vindt het een hele mooie plek om te wonen. En terecht, de omgeving is een prachtig stukje natuur.

Werken in de moestuin

Aan de woonruimtes grenst een grote moestuin waar Annemieke veel in werkt. Er is al veel gezaaid en de bordjes die aangeven wat waar gezaaid of geplant is, zijn zelf gemaakt door de deelnemers. De moestuin heeft zelfs een eigen composthoop. Naast werken in de moestuin zijn er vele andere bezigheden voor de deelnemers, waaronder werken in een eigen kunstatelier en het volgen van verschillende workshops. Zo heeft Annemieke meegedaan met een workshop over mindfulness en de sessies over het ontwerp van het nieuwe logo. Ook doet ze twee ochtenden in de week administratief werk op het kantoor, maar de moestuin is toch echt haar favoriete plek. "Ik werk zo'n twintig uur per week bij Umah-hai. Dat is best veel, maar ik vind het juist prettig om bezig te zijn."

Begeleiding

Over de organisatie is Annemieke erg tevreden. "Deelnemers worden overal bij betrokken en de begeleiding is niet betuttelend." De deelnemers hebben allemaal een ander doel; er wordt gekeken naar de individuele mens en naar wat het beste voor die persoon is. Annemieke wordt begeleid door één van de vijf coaches waarmee ze minimaal een keer per week een gesprek heeft. Ze streeft naar wonen op zichzelf en het verrichten van betaald of vrijwilligerswerk. "Mijn coach helpt me met het verwezenlijken van mijn doelen, maar legt de verantwoordelijkheid vooral bij mij. Het is natuurlijk de bedoeling dat ik het uiteindelijk zelf doe. Dat is goede coaching."

