



Kortom

- Crisisopvang bij De Dijk duurt acht weken.
- Daarna ga je meestal op kamers, zelfstandig of via Youké.
- Je werkt aan je zelfredzaamheid, zodat je zonder problemen verder kunt.
- Je neemt verantwoordelijkheid voor je eigen leven.

Meer informatie

Denk je dat dit programma bij jouw situatie past? Voor advies, informatie of aanmelding kun je bellen met De Dijk, 030 251 84 34.

Kijk voor meer informatie op youke.nl

Voor je verblijf op De Dijk betaal je een eigen bijdrage volgens de regeling 'eigen bijdrage maatschappelijke opvang' van de gemeente Utrecht.

De Dijk is niet geschikt voor mensen die liever op straat leven, zwaar verslaafd zijn of een psychiatrische stoornis hebben zodanig dat je onvoldoende veiligheid kunt bieden aan jezelf en anderen.



Het is jouw leven Van de straat naar de toekomst



Wat is het?

Crisisopvang

Voor wie is het?

Jonge mensen tussen de 18 en 23 uit de stadsregio Utrecht.

Hoe lang duurt het?

Acht weken, bij verlenging maximaal drie maanden

Wat is het doel?

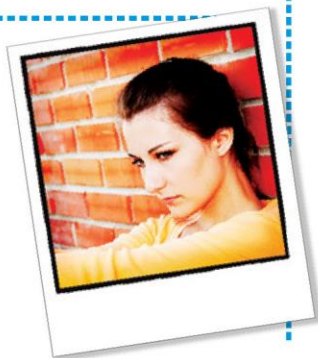
Zelfredzaamheid

Als je op straat staat, dan is je eerste zorg: 'waar slaap ik vanavond?' Als je meerderjarig bent, dan ben je daar zelf verantwoordelijk voor. Is dat voor elkaar, dan kun je werken aan je toekomst. De Dijk van Youké kan helpen met crisisopvang en begeleiding zodat je je leven weer op de rit krijgt.

Het gaat niet vanzelf goed. Misschien heb je schulden, een strafblad of drugsproblemen. Je hebt ruzie met je ouders of je vrienden; je kunt nergens terecht. Waarom gaat het zoals het gaat? Daar ga je mee aan de slag, zodat je weer grip krijgt op je leven.

“Ik voel me zekerder en zoek minder contact met mijn vader, wat betekent dat ik het zelf kan.”

Evelien



Als alles mis lijkt te gaan, dan kun je het gevoel krijgen dat je verzuipt. Waar moet je heen? Je hebt geen eigen plek meer. Misschien heb je het daar zelf naar gemaakt, misschien ook niet. Hoe dan ook, het is zaak dat je snel orde op zaken stelt. Het is jouw leven.

Bij De Dijk kun je maximaal acht weken blijven. Dit noemen we crisisopvang. Het is tijdelijk en dat is niet voor niets. Je gebruikt deze tijd om uit de crisis te komen. Je komt tot rust, je stabiliseert de situatie en je zet de eerste stappen naar een andere manier van leven.

Acht weken

In die acht weken bij De Dijk heb je een eigen kamer. Er wonen nog twaalf tot dertien andere jongeren bij De Dijk; je hebt steeds met elkaar te maken. Je deelt de taken in het huis met elkaar, zoals schoonmaken en koken. Verder sport je samen en is er wekelijks een groeps gesprek. Je hebt ook met huis- en gedragsregels te maken, zodat de crisisopvang voor iedereen een veilige tijdelijke plek kan zijn.

Je krijgt een vaste begeleider, waar je minimaal één keer per week een gesprek mee hebt. Daarnaast krijg je begeleiding om te wennen aan het dagritme van de groep. Ook helpen de begeleiders je met het zoeken naar een goede dagbesteding: een studie of werk. Natuurlijk is er aandacht voor je geldzaken en voor het vinden van woonruimte.

Deze periode is niet gemakkelijk, want je gaat hard aan het werk om je leven op orde te krijgen. De begeleiders van De Dijk zijn er voor jou, maar ze confronteren je ook met je gedrag.

Alles heeft als doel, dat jij de kans grijpt om iets van je leven te maken. Jij geeft aan welke kant je op wilt; de begeleiders ondersteunen jou daarin.

Voor sommigen zijn deze acht weken crisisopvang voldoende, maar anderen hebben langer deze opvang met begeleiding nodig. Dat kan op verzoek.

En dan?

Vanuit de crisisopvang van De Dijk gaan de meesten naar een eigen woonruimte of naar begeleid op kamers wonen via Youké. Heb je meer nodig, dan krijg je langer begeleiding: zes tot negen maanden. In die periode leer je vaardigheden voor een zelfstandig leven, zoals:

- het regelen van je geldzaken,
- een goed dagritme hebben,
- het omgaan met andere mensen zoals huisgenoten, vrienden en familie,
- het vasthouden van je dagbesteding.

Het gaat om jouw leven. Daarom sluiten we aan bij jouw behoeftes en bij jouw achtergrond. Dat betekent niet dat je je gang kunt gaan; het is de bedoeling dat je echt je best doet om je leven op de rit te krijgen. Wanneer je het zonder crisisopvang kunt, dan nemen we afscheid.

Nazorg

Uiteindelijk woon je op jezelf en heb je je zaakjes voor elkaar. Als je het moeilijk vindt om niet terug te vallen in oud gedrag, dan kun je nazorg krijgen via de Buurtteams.



“Rottigheid uithalen vond ik grappig. Nu ben ik rustiger, blow minder en werk.”

Glenn