

Trots op ons Recovery Team!



# NIEUWSBRIEF

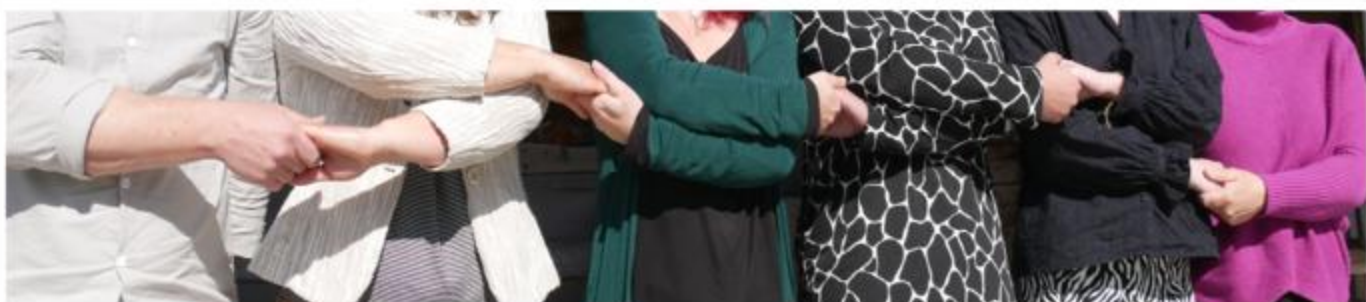
## APRIL

Het eerste kwartaal is omgevlogen,  
time flies when you're having fun!

Lees verder voor alle gebeurtenissen  
van de afgelopen maanden en de  
plannen voor 2025!

In deze nieuwsbrief:

- Υ Ontwikkelingen
- Υ De Recovery Boerderij
- Υ "Nieuwe" gezichten, Mariska en Silke
- Υ Inzetten op kennis en vaardigheden!
- Υ Op zoek naar collega's



In de afgelopen maanden werd er weer hard door iedereen gewerkt en gebouwd aan de Recovery Groep!

### **Groepsbegeleiding op de Recovery Boerderij**

We zijn nu zo'n twee maanden verder, en de groepsbegeleiding krijgt langzamerhand meer vorm. Eigen regie, het aangaan van sociale contacten en zijn belangrijke ontwikkelpunten voor de deelnemers. Het voorjaar is in volle gang en buiten kan er steeds meer gedaan worden. Dat betekent dat de moestuin aangepakt kan worden en dat er volop genoten wordt van de bloesem in de fruitbomen.



### **Verbouwing grote schuur**

We zouden graag meerdere deelnemers een plek geven op onze Recovery Boerderij. Met een maximum van 5 deelnemers wordt de huidige ruimte te klein. De grote schuur wordt de komende periode verbouwd. Deze wordt geïsoleerd en er komt een mooie pui aan de achterkant om zoveel mogelijk licht door te laten! Een aantal tips van deelnemers is meegenomen in de plannen, we hebben heel veel zin in het resultaat!





## Kennismaking

Met plezier stel ik me voor als nieuwe collega bij de Recovery Groep! Mijn naam is Mariska Pasteuning, een gedreven maatschappelijk werker, ambulant hulpverlener, coach en mindfulness-kenner. Mijn passie ligt in het begeleiden van mensen naar meer rust, kracht en balans in hun leven.



Mijn professionele reis begon in de reiswereld, maar al snel ontdekte ik mijn roeping: werken met mensen en hen ondersteunen in hun proces van herstel en persoonlijke groei. Met ruim 25 jaar ervaring in de (geestelijke) gezondheidszorg en begeleiding, weet ik hoe het leven kan schuren, hoe kwetsbaarheid en kracht hand in hand gaan, en hoe een beetje zachtheid een wereld van verschil kan maken.



Met mijn eigen bedrijf *Rust in de Kop* begeleid ik mensen via mindfulness wandelen, coaching (met therapie hond) en retraites. Daarnaast werk ik als ambulant hulpverlener en blijf ik me inzetten voor begeleiding die echt aansluit bij de persoon – stress-sensitief en met een open blik voor zowel de obstakels als de mogelijkheden.

Mijn kernwaarden? Verbinding, harmonie, humor en liefde. Want in alles wat ik doe draait het om ruimte maken – in je hoofd, in je lijf, in je leven. Ik geloof dat iedereen zijn eigen licht weer kan aanzetten. Soms hebben we alleen iemand nodig die even met ons meeloopt – en kijkt.

Ik kijk ernaar uit om samen met mijn collega's bij de Recovery Groep mensen te ondersteunen in hun eigen herstelproces.

Mariska





Hallo allemaal!

Mijn naam is Silke Tigchelaar en ik ben 22 jaar. Vanaf februari 2025 heb ik de superleuke positie als Psychosociaal Begeleider bij Recovery Groep mogen innemen!

Na het behalen van mijn diploma Social Work in de zomer van 2024 ging ik vol goede moed op zoek naar een baan. Maar, wat lijkt me eigenlijk leuk? Welke vorm van werken past bij mij en welke doelgroepen vind ik interessant?

Tijdens mijn verschillende stages bij Het Logeershuis Heerenveen, Vluchtelingenwerk Joure, Stichting Kameraad en Verslavingszorg Noord-Nederland, heb ik veel over mezelf en het vak mogen leren. Hierdoor heb je wel een idee van wat je later in je beroep wil gaan doen. Toch wist ik niet zeker welke kant ik op wilde gaan. Dit is ook één van de redenen waarom ik het werken bij Recovery Groep nu al zo leuk vind, er is veel variatie. Geen dag is hetzelfde en iedereen heeft een andere hulpvraag.

Wie ik ben als persoon heeft ook veel te maken met waarom dit werkveld bij mij

past. Ik ben iemand die nieuwsgierig is naar de ander en daarom doorvraagt. Ik ben empathisch en vind het leuk om anderen te helpen. Ik kom uit een groot gezin, drie jongere broertjes, dus klaar staan voor een ander heb ik altijd al gedaan.

Mijn hobby's zijn wandelen, lezen, muziek luisteren en leuke dingen doen met vrienden en familie. Ik ben echt een familiemens. Sporten doe ik 2-3 keer per week in de sportschool. Hier volg ik samen met een vriendin groepslessen, zo blijft het leuk vind ik!

Ik kijk er naar uit om het werken bij Recovery Groep voort te zetten en mijn opgedane kennis hierin mee te nemen. Ook wil ik graag nieuwe dingen leren en mezelf verder ontwikkelen als professional in de zorg. Met natuurlijk de zorg voor de cliënt voorop!

Silke



## Inzetten op Kennis en Vaardigheden

Om goed voor onze cliënten te kunnen zorgen, moeten we ook goed voor onze medewerkers zorgen!

De komende tijd staat een aantal trainingen/ kennisbevorderingen op het programma waarbij duurzame inzetbaarheid een van de doelen is.



### Agressietraining

Veiligheid is een belangrijk onderwerp binnen de Recovery Groep. In onze Teamoverleggen hebben we het al een aantal keer gehad over fysieke en mentaal/psychische veiligheid en hebben we van onze collega's mooie feedback ontvangen. In het laatste overleg werd aangegeven dat de gesprekken met cliënten uit kunnen monden in ongemakkelijke situaties die misschien zouden kunnen escaleren. Omdat we ook cliënten begeleiden met zware



problematiek, moet iedereen weten hoe een escalatie te voorkomen. We gaan dan ook deze zomer met z'n allen op "Agressietraining" waarin we in levensechte situaties meemaken en tegenover een acteur onze tactieken moeten tonen!

### Deskundigheidsbevordering

Met de Rinogroep hebben verschillende gesprekken plaatsgevonden over deskundigheidsbevordering binnen de Recovery Groep. De Rinogroep is leidend in de SRH methodiek en zal op onze locatie komen om medewerkers bij te spijkeren in het gebruik van deze bewezen methode.







# RECOVER GROEP

Op zoek naar nieuwe collega's

Omdat we blijven groeien en Tamara en Arend steeds meer tijd kwijt zijn aan bestuurlijke taken, zijn we nog op zoek naar nieuwe collega's! We hebben een aantal kandidaten uitgenodigd of al gesproken. We houden jullie op de hoogte!!