



Jouw Kracht

*Exodus biedt perspectief
met Krachtwerk*



Een nieuw leven leren opbouwen,
met een nieuwe methodiek,
gebouwd op beproefde pijlers.

Wie je ook bent, wat je ook doet, uiteindelijk willen we allemaal hetzelfde: een goed leven. Erbij horen. Meedoen. **Daar zijn we mens voor.** Maar wat voor de een vanzelfsprekend is, is voor de ander een worsteling. Dat geldt zeker voor de mensen met wie onze 200 professionals en nog eens ruim 1500 vrijwilligers werken.

Jouw Kracht

Exodus biedt perspectief met Krachtwerk

ERBIJ HOREN en meedoen. Net als ieder ander.

De zoektocht naar een zingevend bestaan en een plek in de samenleving behoren tot de moeilijkste opgaven voor onze deelnemers.

Joeri bijvoorbeeld. Na zijn detentie kwam hij in een van onze Exodus-huizen wonen. Zonder verwachtingen, zonder plannen. "Ik vond het een verlengstuk van de bajes", zegt hij over die begintijd. Met zijn begeleider Simone doorliep hij het Jouw Kracht-programma. Hij geloofde er niet in, maar Simone geloofde wel in hem. Dat vertrouwen vormde voor hem een veilige basis voor het opbouwen van zelfvertrouwen. Met geduld en volharding hielpen Simone en haar collega's hem op weg.

VERTROUWEN is het vertrekpunt.

Ieder mens heeft iemand nodig die in hem/haar geloofd. Om je te leren hoe je kunt vertrouwen op jezelf.

Vertrouwen was het vertrekpunt in zijn zoektocht naar een zinvol nieuw bestaan, zonder criminaliteit en overlast. Een

zoektocht die hij nu eindelijk aan kon gaan, dankzij de intensieve begeleiding en de niet-aflatende steun van Simone en andere professionals van Exodus. "Langzaamaan begon ik te geloven in mezelf en in de mensen om me heen", vertelt Joeri. **"Ik heb ontdekt dat het leven en ik de moeite waard zijn.** Ik heb mijn familie veel verdriet gedaan en met hen wilde ik het weer goed maken."

SLEUTELS. Van een slechte start naar een beter leven.

Wonen, werken, relaties, zingeving. Stap voor stap een nieuw leven opbouwen. Een beproefde aanpak.

Met mensen zoals Joeri werken aan een zingevend bestaan met nieuwe perspectieven: dat is onze missie. Daarmee onderscheiden we ons. Zingeving is een van de vier 'sleutels' waarmee mensen zoals hij de deuren naar een plekje in de samenleving kunnen openen. Wonen, werken en relaties zijn de andere sleutels.

Een beproefde aanpak: sinds de jaren 90 hielpen we hiermee al vele duizenden deelnemers op weg naar een eigen plek in de samenleving, zonder overlast en delictgedrag.



ZINGEVING. Het leven is waard om geleefd te worden.

Kunnen genieten van een kop koffie in de zon. Je waardevol voelen. Weten waarvoor je leeft.

'Jouw Kracht'-methodiek: leren hoe je kunt vertrouwen op jezelf

Voor mensen als Joeri is het leven een voortdurende confrontatie met wat je niet kunt. Zoals nee zeggen tegen verleidingen. Nieuwe vrienden maken zonder 'verleden'. De huur op tijd betalen. Uit de gevangenis blijven. Werk of een zinvolle tijdsbesteding vinden. Verantwoordelijkheid dragen. Goed omgaan met familieleden.

Aan zulke hardnekkige en complexe problematiek is het lastig ontsnappen. Als je niet weet hoe het anders kan, ligt terugval altijd weer op de loer. Dat vraagt om hulpverleners die zien wat er nodig is om de vicieuze cirkel te doorbreken. Die met geduld, volharding en overtuiging de Joeri's van deze wereld weten te motiveren. Dit betekent verzetten van veel praktisch werk, bijvoorbeeld een woning zoeken, werk zoeken, administratie leren doen, schulden oplossen.

Met Jouw Kracht spreken de begeleiders van Exodus mensen als Joeri aan op wat ze wél kunnen. Ze leren hun wensen te formuleren. Ze (her)ontdekken de krachten waarmee ze die wensen, stap voor stap, kunnen realiseren. Herstellen doen mensen uiteindelijk zelf. Door het herwinnen van het geloof in eigen kunnen en in de toekomst.

Jouw Kracht is onze vernieuwde methodiek, die de beproefde Exodus-aanpak versterkt.

Franca, begeleider/krachtcoach bij Exodus: "Deelnemers formuleren zelf hun wensen. Als begeleiders geven we hen het vertrouwen dat ze het kunnen. Ze haken minder snel af en de kans op successen is groter."

Over Exodus

Exodus biedt kansen voor mensen met een hoog risico op strafbare feiten, die aan hun toekomst willen werken. Sinds de jaren negentig hebben de vier sleutels van Exodus al voor duizenden deelnemers deuren geopend op weg naar een zinvol bestaan middenin de samenleving.

In onze visie worden mensen pas mens in verbinding met anderen en door aanvaarding van zichzelf, anderen en de samenleving. We geloven in herstel en een perspectief op een

leven dat het waard is om geleefd te worden. Burgerschap, herstelwerk, zingeving en zelfbepaling zijn de pijlers van ons werk.

Exodus biedt;

- (1) deelnemers begeleiding in krachtgerichte trajecten in verschillende settings: ambulante, residentiële en tussenvormen en;
- (2) ondersteuning van vrijwilligers aan gedetineerden en familieleden van (ex-)gedetineerden.



Contact

Exodus Nederland
Morssingel 5
2312 AZ Leiden

T 071 516 19 50

E info@exodus.nl
www.exodus.nl

 ExodusNL

 @ExodusNederland

 Bezoek ons ook op YouTube