

# exodus

Informatieboekje voor  
(ex-)gedetineerden





## Wat vind je in dit boekje?

<b>Wie is Exodus?</b> .....	4
<b>Voor wie is Exodus?</b> .....	4
<b>Waar kunnen wij jou bij helpen?</b> .....	4
<b>Tijdens detentie</b> .....	7
Bezoek van een maatje .....	7
Bezoek van je kinderen .....	8
Training 'Mijn kind en ik' .....	8
<b>Na detentie</b> .....	11
Begeleid wonen .....	11
Ambulante begeleiding .....	16
Bezoek van een maatje .....	16
<b>Aanmeldingsprocedure</b> .....	19
Begeleid wonen .....	19
Ambulante begeleiding .....	21
Toelatingscriteria .....	21
Aanmelden .....	21
<b>Contactgegevens</b> .....	22
Verenigingsbureau .....	22
Centraal Aanmeldteam .....	22
Locaties .....	23
<b>Meer informatie</b> .....	24

## Wie is Exodus?

Exodus is de grootste landelijke organisatie die met professionals en vrijwilligers opvang en begeleiding biedt aan gedetineerden en ex-gedetineerden. We geloven in herstel en perspectief op een leven dat het waard is om geleefd te worden.

Sinds 1981 heeft Exodus al voor duizenden deelnemers deuren geopend op weg naar een zinvol bestaan middenin de samenleving.

Met elkaar zorgen we ervoor dat jij jouw leven na detentie weer kunt opbouwen. Ons doel is jouw kans op een geslaagde terugkeer in de samenleving te vergroten. Daarom ondersteunen we niet alleen jou, maar ook eventuele familieleden.

## Voor wie is Exodus?

Exodus is er voor alle gedetineerden, ex-gedetineerden en hun familieleden die gemotiveerd zijn om te werken aan een succesvolle terugkeer in de samenleving.

## Waar kunnen wij jou bij helpen?

Exodus kan jou op verschillende manieren helpen. Tijdens detentie kun je hulp krijgen van onze vrijwilligers. In de eindfase van je detentie kun je ook al in één van onze Exodushuizen komen wonen. Ook na detentie kun je hiervoor in aanmerking komen. Als je na je detentie een woning hebt, maar wel graag begeleid wil worden kan dat ook. Na detentie kun je naast professionele begeleiding ook een maatje krijgen die jou vrijwillig ondersteunt.

Hieronder lees je hoe wij jou kunnen helpen.

*“Ik krijg steeds meer vertrouwen en daarmee ook meer verantwoordelijkheden. Steeds vaker durf ik hardop te zeggen dat mijn droom van huisje, boompje, beestje wel eens echt zou kunnen uitkomen.”*

*Oud-deelnemer Exodus*





## Tijdens detentie

### Bezoek van een maatje

Naast onze professionele begeleiding hebben wij een grote groep mensen die jou vrijwillig wil ondersteunen. Je kunt hierbij denken aan een vrijwilliger bij wie je jouw verhaal kwijt kan of iemand die jou helpt bij je financiën.

### Wat is een maatje?

Een maatje is een vrijwilliger die er voor je is tijdens en na je gevangenschap en je helpt om je leven weer op de rails te krijgen. Het is iemand die naar je luistert of helpt bij praktische zaken. Een maatje kan jou bijvoorbeeld helpen met het inschrijven bij instanties of het openen van een bankrekening.

Een maatje neemt niet jouw verantwoordelijkheden over, maar kan jou wel ondersteunen.

Een maatje hoeft niet te rapporteren aan een instantie, dus alle informatie die je deelt is vertrouwelijk.

### Maatje tijdens detentie

Heb je tijdens je detentie behoefte aan bezoek van een maatje die naar jouw verhaal luistert?

*Geef dit dan door aan de geestelijke verzorger in jouw PI of neem contact op met ons verenigingsbureau.*

### Maatje voor een familielid

Gaat je partner of ander familielid door een moeilijke periode nu jij in detentie zit? Dan kunnen zij ook een maatje krijgen die naar hen luistert of praktische ondersteuning biedt.

*Neem contact op met de geestelijke verzorger of bel naar ons verenigingsbureau.*

## Bezoek van je kinderen

Het Ouders, Kinderen en Detentieprogramma (OKD) is er voor kinderen met een gedetineerde ouder. Met dit programma willen wij ervoor zorgen dat jij en je kind(eren) contact houden tijdens detentie, zodat jullie tijdens deze periode niet van elkaar vervreemden.

Onze vrijwilligers rijden één keer per maand kinderen naar de gevangenis voor een kindvriendelijk bezoek met frisdrank en spelletjes. Tijdens dit uur kun jij met je kind(eren) spelen en praten. Veel vrijwilligers gaan na dit uur nog iets leuks doen met de kinderen.

*Wil je dat jouw kind(eren) naar dit bezoek komen? Vraag dan aan je casemanager of dit bezoek ook in jouw gevangenis plaatsvindt. Hiervoor is ook toestemming van de achterblijvende ouder of verzorger nodig.*

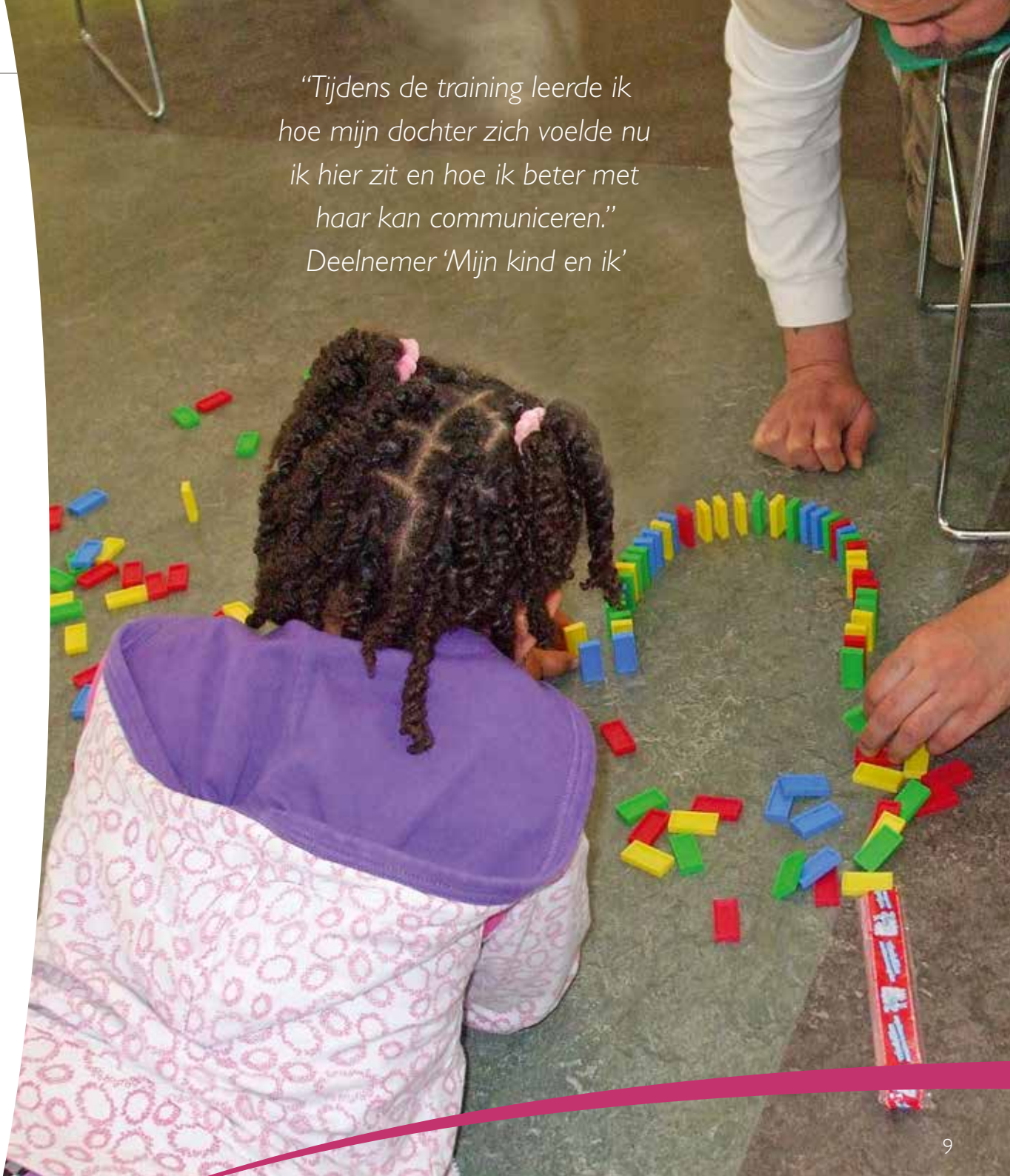
## Training 'Mijn kind en ik'

Wil je tijdens je detentie een betere band opbouwen met je kind(eren)? Of wil je je voorbereiden op jouw vaderrol als je weer vrijkomt?

In de training 'Mijn kind en ik' gaan wij samen met jou kijken hoe je invulling kunt geven aan je rol als vader nu je gedetineerd bent. De training bestaat uit een aantal bijeenkomsten, waarin steeds weer een ander thema wordt behandeld. Tijdens de training ga je met elkaar in gesprek en maak je oefeningen. De training wordt door onze vrijwilligers gegeven.

*Wil je leren hoe je tijdens detentie je relatie met je kind(eren) kan onderhouden? Vraag dan aan je casemanager of de training 'Mijn kind en ik' in jouw gevangenis wordt gegeven.*

*"Tijdens de training leerde ik hoe mijn dochter zich voelde nu ik hier zit en hoe ik beter met haar kan communiceren."  
Deelnemer 'Mijn kind en ik'*



## Na detentie

### Begeleid wonen (tijdens of na detentie)

Je kunt in één van onze huizen komen wonen als je in je laatste fase van je detentie zit of wanneer je uit detentie komt. Soms wordt wonen in een Exodushuis als voorwaarde gesteld bij je vonnis.

Exodus kan hulp bieden op diverse leefgebieden. Denk bijvoorbeeld aan: huisvesting, financiën en dagbesteding, maar ook aan jouw functioneren op sociaal, lichamelijk, psychisch en praktisch gebied.

Hieronder beschrijven wij hoe het leven in een Exodushuis eruit ziet. Zo weet je goed wat je kunt verwachten.

### Wonen in een Exodushuis

In bijna alle huizen wonen zowel mannen als vrouwen. In Venlo is er een huis speciaal voor vrouwen. Daar is het ook mogelijk om max. 2 kinderen in de leeftijd t/m 12 jaar bij je te laten wonen.

De meeste bewoners wonen gemiddeld een jaar in een Exodushuis. In een huis wonen minimaal 12 en maximaal 25 mannen en vrouwen.

Iedere bewoner heeft zijn of haar eigen kamer. De douche en het toilet deel je met een aantal andere huisgenoten. Ook de keuken en de woonkamer deel je met je huisgenoten.

*“Ik kreeg een kleine kamer,  
maar wel met een slot op de deur  
waar ik zelf de sleutel van heb.”*

*Deelnemer Exodus*

## Begeleidingsprogramma

In ons begeleidingsprogramma onderscheiden wij vier sleutels. Wij zijn ervan overtuigd dat deze sleutels van groot belang zijn voor een succesvolle terugkeer in de samenleving. Het gaat om de volgende vier sleutels:

- Wonen
- Werken
- Relaties
- Zingeving

Daarom werk je tijdens het programma aan de volgende doelen:

- Een eigen huis vinden en deze op orde houden
- Werk (vrijwillig of betaald) of een opleiding vinden en houden
- Een kring van goede vrienden en kennissen opbouwen en contact met je familie hebben
- Op zoek gaan naar de betekenis van jouw bestaan

Het doel van ons programma is dat je uiteindelijk zelfstandig kunt gaan wonen. Daarom word je tijdens het programma aangesproken op je eigen verantwoordelijkheid.

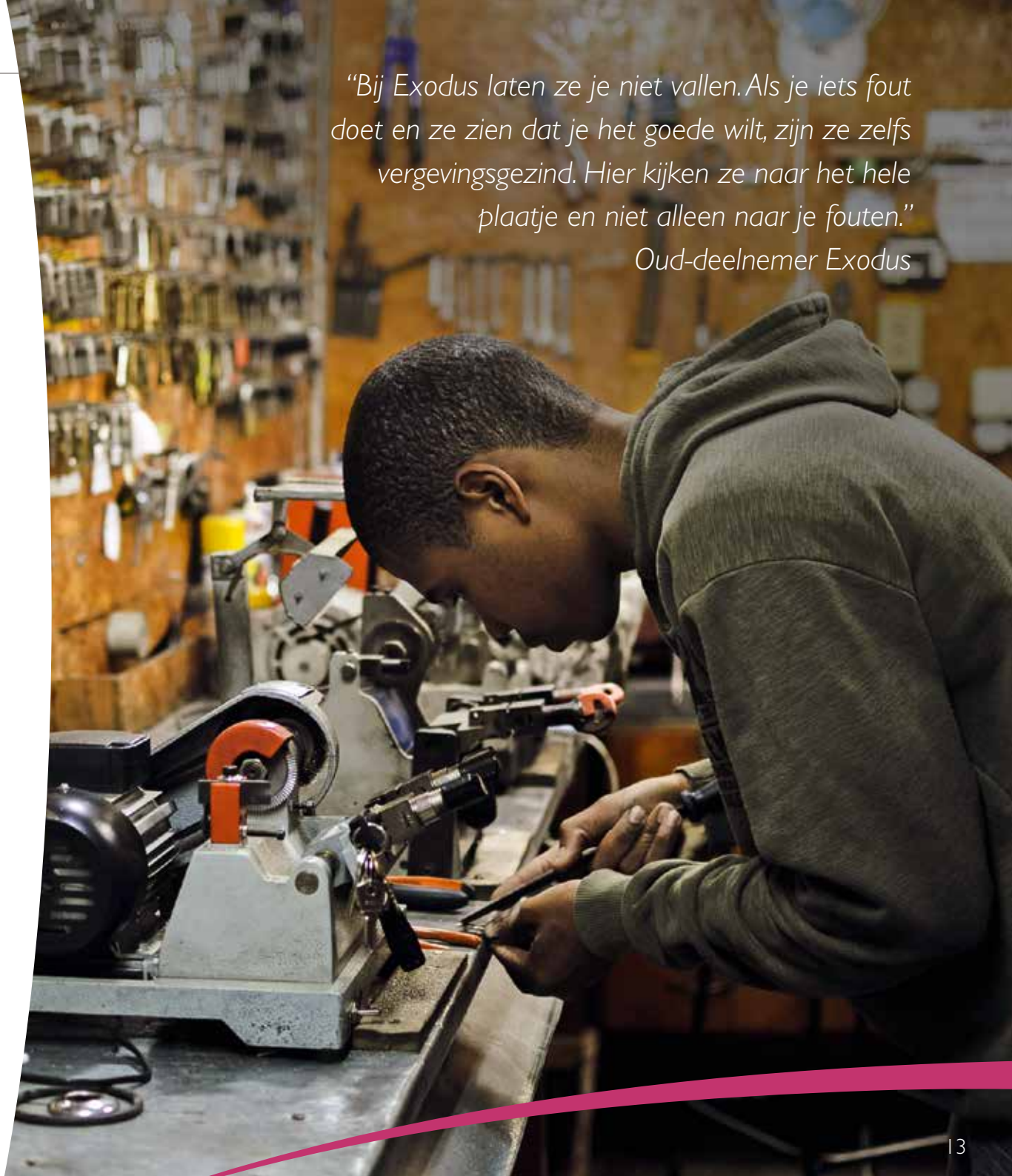
Bij de start van het traject krijg je een persoonlijk begeleider. Met je begeleider bespreek je op welke leefgebieden je behoefte hebt aan begeleiding.

Dit doen we door middel van onze methodiek 'Jouw Kracht': dit houdt in dat je samen met je begeleider jouw krachten en wensen gaat achterhalen. Aan de hand van deze krachteninventarisatie stel je samen een actieplan op met doelstellingen die haalbaar zijn en bij jou passen. Dit actieplan wordt aangepast als je doelen veranderen.

In onze begeleiding is vertrouwen het vertrekpunt. Ons vertrouwen in jou, jouw vertrouwen in ons en het vertrouwen in jezelf. Zodat jij een nieuw bestaan kan opbouwen, zonder criminaliteit.

*“Bij Exodus laten ze je niet vallen. Als je iets fout doet en ze zien dat je het goede wilt, zijn ze zelfs vergevingsgezind. Hier kijken ze naar het hele plaatje en niet alleen naar je fouten.”*

*Oud-deelnemer Exodus*





*“Vergeet de teleurstellingen van gisteren en leef met de dromen van morgen. Dat is nu mijn leefregel.”  
Oud-deelnemer Exodus*

## Activiteiten

Ieder huis heeft wekelijks een activiteitenprogramma. Dit programma verschilt per huis, maar bevat vaak de volgende verplichte activiteiten:

- Doordeweeks ontbijt je rond 8.00 uur
- Je werkt of studeert minimaal 26 uur per week binnen- of buitenshuis.
- Eén of tweemaal per week wordt er gezamenlijk gekookt en gegeten
- Eén avond in de week is er een huisvergadering
- Eén avond in de week kun je sporten
- Eén avond in de week is er een thema-avond of gespreksgroep
- Op één van de andere avonden is er een sociale vaardigheidstraining of andere activiteit

## Huisregels

Om op een plezierige manier met elkaar te kunnen samenleven heeft ieder huis regels. De volgende zijn het belangrijkste:

- Actief aan je doelen werken
- Volledige inzicht geven in je agenda
- Dagelijks om 23.00 uur op je kamer zijn
- Geen alcohol- en drugsgebruik
- Medewerking verlenen aan blaas- en urinecontroles

*Vraag aan je casemanager, reclasseringsmedewerker of advocaat of je in aanmerking komt voor plaatsing in een Exodushuis.*

*Kijk achterin het boekje of je ook voldoet aan de toelatingscriteria.*



## Ambulante begeleiding

Ben je uit detentie en heb je een eigen huis, en behoefte aan begeleiding? Dan kun je ook van ons hulp aan huis ontvangen.

Je krijgt een persoonlijk begeleider en samen stel je een plan op met doelen waar je aan wilt werken.

In sommige regio's is het ook mogelijk dat wij je in de weekenden of in de avonden bezoeken.

*De vormen van onze ambulante begeleiding verschillen per regio. Neem contact op met de regio waarin je woont om te vragen welke soorten begeleiding zij aanbieden. Kijk achterin het boekje of je voldoet aan de toelatingscriteria om in aanmerking te komen voor ambulante begeleiding.*

### Bezoek van een maatje

Woon je niet in een Exodushuis, maar heb je wel behoefte aan contact of praktische ondersteuning?  
Ook dan kun je een maatje krijgen.

Zij begrijpen hoe moeilijk het is om de draad na je detentie weer op te pakken.

Samen met je maatje vind je de weg in alle regels en instanties. Je maatje helpt je bij alle praktische zaken die je na je vrijlating tegenkomt. Een vrijwilliger helpt je bijvoorbeeld bij je financiën of in je zoektocht naar werk.



## Aanmeldingsprocedure

Om erachter te komen of wij je echt kunnen ondersteunen bij de doelen die je hebt, kent Exodus een uitgebreide aanmeldingsprocedure.

### Begeleid wonen tijdens of na detentie

Forensische zorg wordt meestal door een rechter opgelegd. Heb jij één van onderstaande zorgtitels? Of kom je in aanmerking voor detentiefasering? Dan kun je van ons begeleiding krijgen en in één van onze huizen komen wonen.

### Forensische titels

#### Penitentiair Programma (PP)


Het PP is bedoeld om in de laatste periode van je straf begeleiding te krijgen.

*Als je voor het PP in aanmerking wilt komen, neem dan contact op met de casemanager in je PI.*

#### Voorwaardelijke veroordeling

De rechtbank kan van mening zijn dat het voor jou wenselijk is om het Exodus programma te volgen. Daarom kan de rechter ons programma als bijzondere voorwaarde binnen je voorwaardelijke veroordeling opleggen. De bijzondere voorwaarde staat vermeld in het vonnis, bijvoorbeeld als 'deelname aan het Exodusprogramma'.

*Geef je wens voor begeleiding door aan je reclasseringswerker.*



*"Ik zie de toekomst  
rooskleurig tegemoet.  
Vrijheid betekent voor  
mij dat niemand jouw  
deur op slot doet."  
Oud-deelnemer Exodus*

### Voorwaardelijke invrijheidsstelling

Je kunt bij Exodus terecht als je meer dan één jaar gevangenisstraf opgelegd hebt gekregen én als er sprake is van een voorwaardelijke invrijheidsstelling.

Het is belangrijk dat het om een bijzondere voorwaarde gaat. Het Openbaar Ministerie is hiervoor verantwoordelijk.

*Vraag aan je reclasseringswerker of casemanager of dit bij jou het geval is.*

### PJJ-maatregel

Verblijf je in een jeugdinstelling? Dan kun je in sommige gevallen de laatste fase van je straf bij Exodus doorbrengen.

*Vraag aan je mentor of je hiervan gebruik kunt maken.*

### Laatste fase behandeling of maatregel

Verblijf je in een instelling waar je wordt behandeld of een maatregel opgelegd hebt gekregen? In sommige gevallen kun je de laatste fase van je behandeling of maatregel bij Exodus doorbrengen.

*Je behandelaar of begeleider moet hiervoor het initiatief nemen.*

### Vrijwillige plaatsing

Lukt het niet om tijdens je detentie bij Exodus te starten? En is er na je detentie geen sprake van een reclasseringstoezicht? Ook dan kun je je aanmelden bij Exodus. Bij voorkeur voor, en anders zo snel mogelijk na je vrijlating. Stuur het aanmeldingsformulier en je geschreven levensverhaal naar ons op. Houd er rekening mee dat er beperkte mogelijkheden zijn binnen zo'n vrijwillig kader.

*Jij of je casemanager kan het aanmeldingsformulier printen vanaf onze website. Dit formulier vind je op de pagina 'diensten' onder het kopje 'aanmelden'. Je kunt ook contact opnemen met ons Centraal Aanmeldteam om de mogelijkheden te bespreken.*



## Ambulante begeleiding

Jouw verzoek voor ambulante begeleiding thuis kun je bespreken met de casemanager in de instelling, de reclasseringswerker of met één van de medewerkers van ons Centraal Aanmeldteam.

### Toelatingscriteria

Om in aanmerking te komen voor plaatsing in een Exodushuis of ambulante begeleiding, moet je aan een aantal criteria voldoen:

- Je bent minimaal 18 jaar oud. Bij uitzondering een lagere leeftijd, maar je bent berecht onder het volwassenenstrafrecht.
- Je bent in het bezit van een Nederlandse nationaliteit of een geldige verblijfsvergunning
- Je hebt een redelijke beheersing van de Nederlandse taal
- Je bent niet (meer) afhankelijk van alcohol of drugs
- Je hebt enige mate van zelfreflectie
- Je bent bereid om aan jezelf te werken en je gedrag te veranderen
- Je bent gemotiveerd om begeleiding te ontvangen

### Aanmelden

Wil je je graag aanmelden voor begeleiding in één van onze huizen of voor onze ambulante begeleiding?

Neem dan contact op met ons Centraal Aanmeldteam. Het Centraal Aanmeldteam is van maandag tot en met vrijdag bereikbaar van **9.00 - 16.00 uur**.

Bel 071-5161950

Stuur een e-mail [aanmelden@exodus.nl](mailto:aanmelden@exodus.nl)

Stuur een brief Stichting Exodus Nederland  
t.a.v. Centraal Aanmeldteam  
Morssingel 5  
2312 AZ Leiden

## Contactgegevens

### Verenigingsbureau

Stichting Exodus Nederland  
Morssingel 5  
2312 AZ Leiden

Telefoon 071-5161950  
E-mail [info@exodus.nl](mailto:info@exodus.nl)  
Website [www.exodus.nl](http://www.exodus.nl)

### Centraal Aanmeldteam

Exodus Nederland  
t.a.v. Centraal Aanmeldteam  
Morssingel 5  
2312 AZ Leiden

Telefoon 071-5161955  
E-mail [aanmelden@exodus.nl](mailto:aanmelden@exodus.nl)

## Locaties

### Locatie Groningen

Parklaan 21  
9724 AP Groningen  
T 050-4028068  
E [eno@exodus.nl](mailto:eno@exodus.nl)

### Locatie Alkmaar

Herenweg 158  
1822 AK Oudorp  
T 072-5645326  
E [alkmaar@exodus.nl](mailto:alkmaar@exodus.nl)

### Locatie Amsterdam

Overtoom 103-105  
1054 HD Amsterdam  
T 020-5891880  
E [amsterdam@exodus.nl](mailto:amsterdam@exodus.nl)

### Locatie Utrecht

Waalstraat 91  
3522 SE Utrecht  
T 030-7440660  
E [utrecht@exodus.nl](mailto:utrecht@exodus.nl)

### Locatie Den Haag

Frankenslag 162-164  
2582 HX Den Haag  
T 070-3514161  
E [denhaag@exodus.nl](mailto:denhaag@exodus.nl)

### Locatie Leiden

Plantage 16  
2311 JD Leiden  
T 071-5147009  
E [leiden@exodus.nl](mailto:leiden@exodus.nl)

### Locatie Rotterdam

Overblaak 56  
3011 MH Rotterdam  
T 010-4369590  
E [rotterdam@exodus.nl](mailto:rotterdam@exodus.nl)

### Locatie 's-Hertogenbosch

Sonniusstraat 3  
5212 AJ 's-Hertogenbosch  
T 073-6901142  
E [denbosch@exodus.nl](mailto:denbosch@exodus.nl)

### Locatie Heerlen

Beersdalweg 64  
6412 PE Heerlen  
T 045-5722522  
E [zuidlimburg@exodus.nl](mailto:zuidlimburg@exodus.nl)

### Locatie Venlo

Dautzenbergstraat 96  
5921 BZ Venlo  
T 077-3211852  
E [venlo@exodus.nl](mailto:venlo@exodus.nl)



## MEER INFORMATIE

Mocht je na het lezen van dit informatieboekje nog vragen hebben, kijk dan op onze website of neem contact met ons op voor meer informatie. Wij helpen je graag verder! Ook je familieleden kunnen ons altijd bellen als ze een vraag hebben of advies willen krijgen.

### **Stichting Exodus Nederland**

Morssingel 5  
2312 AZ Leiden

T 071-5161950

E [info@exodus.nl](mailto:info@exodus.nl)

W [www.exodus.nl](http://www.exodus.nl)