

C8 Huisregels DOEN

1. Respect en gelijkwaardigheid

- We behandelen elkaar met respect, ongeacht achtergrond, overtuiging of herstelproces. Respecteer dat iemand andere ideeën en gevoelens heeft en andere keuzes maakt.
- Er is ruimte voor ieders verhaal, grenzen en tempo.
- We luisteren open en zonder oordeel.

2. Afspraak = afspraak

- In principe heb je 2-wekelijks contact met de ervaringsdeskundige. In overleg met de ervaringsdeskundige kunnen er ook andere afspraken gemaakt worden over hoeveel contact nodig is, op voorwaarde dat dit beter aansluit bij jouw behoefte, haalbaar is voor de ervaringsdeskundige en/of jouw ondersteuning ten goede komt.
- Kan je een keer niet? Laat het betijds weten, zodat jullie een nieuwe afspraak kunnen maken! De ervaringsdeskundige doet dit traject met jou vrijwillig en reserveert daar tijd voor.
- Kom je meer dan één keer niet opdagen zonder afzegging? Dan kan deelname aan DOEN worden stopgezet.

3. Vertrouwelijkheid en privacy

- Alles wat besproken wordt is vertrouwelijk en blijft tussen jou en de ervaringsdeskundige.
- Bij onlinegesprekken:
 - Zoek een rustige plek waar je ongestoord kunt praten.
 - Gebruik oortjes of een koptelefoon om privacy te waarborgen.
 - Maak geen screenshots, opnames of foto's van het gesprek.
- Deel geen persoonlijke gegevens of verhalen van anderen zonder toestemming.
- Als je stopt met deelname aan DOEN wordt de ervaringsdeskundige losgekoppeld van jouw dossier binnen Mextra en wordt jouw dossier gesloten, tenzij je verder nog actief blijft binnen Ixta Noa.

4. Veiligheid

- We zorgen samen voor een veilige sfeer. Dit betekent dat we elkaars grenzen respecteren.
- Tijdens gesprekken (online en fysiek) gebruiken we geen alcohol, drugs of andere middelen. Ook deelnemen onder invloed is niet toegestaan.
- Wapens of scherpe voorwerpen zijn niet toegestaan bij fysieke ontmoetingen.

5. Het werkboek

- Bij de start van DOEN ontvang je een digitaal werkboek. Hierin kun je notities maken en vindt je bijbehorende opdrachten bij de verschillende thema's die helpen om stil te staan bij je herstelproces.
- We vragen je om deze opdrachten, binnen je mogelijkheden, te maken. Lukt het een keer niet? Bespreek dit dan met de ervaringsdeskundige.
- Het werkboek bevat ook reflectievragen om het traject tussentijds en aan het einde samen te evalueren.

6. Evaluatie van het traject

- Tijdens elke sessie, maar ook aan het einde van het traject reflecteren en evalueren we samen hoe het gaat. Hierbij kijken we terug op de afgelopen periode en maken we afspraken over hoe we eventueel verdergaan.
- Bij de evaluaties wordt stilgestaan bij het doel van het traject, maar er wordt ook stilgestaan bij hoe het contact in zijn geheel verloopt. Er is dan ook ruimte om je eigen wensen met betrekking tot het DOEN begeleidingscontact kenbaar te maken. Wanneer je tussentijds ideeën of opmerkingen hebt, ben je natuurlijk altijd vrij om deze kenbaar te maken en bij ons aan te geven.
- Wil je tussentijds stoppen? Bespreek dit altijd met de ervaringsdeskundige of met de coördinator, zodat we samen kunnen kijken wat je nodig hebt.

7. Overige afspraken

- De ervaringsdeskundige is jouw aanspreekpunt tijdens het traject. Heb je vragen of loop je ergens tegenaan? Dan kun je ook altijd terecht bij de coördinator van DOEN.
- Tijdens DOEN word je begeleid door een ervaringsdeskundige vrijwilliger voor een bepaalde, beperkte tijd. De vrijwilliger biedt ondersteuning tijdens het traject. Of er na afloop van het traject contact blijft bestaan, is de ervaringsdeskundige bepalend in. Het is belangrijk om hierin samen duidelijke grenzen te stellen en hierover vooraf goede afspraken te maken. Contact dat buiten de DOEN-afspraken om ontstaat, is jullie eigen keuze en verantwoordelijkheid.

Spreken jullie af op een Praktijkhuis of inloop van Ixta Noa, dan gelden de huisregels van die locatie (Huisregels inloopvoorziening) i.c.m. met die van DOEN.

De ervaringsdeskundigen van Ixta Noa zijn niet verantwoordelijk voor jouw (lichamelijke en geestelijke) gezondheid.