

Inleiding en kennismaking

Hai lezer,

Fijn dat je dat je interesse hebt in de training **Je leven op orde**. Het is een training om zelf thuis te doen waardoor je weer meer regie krijgt in je leven en betere keuzen leert maken

Wat wil ik je leren?

Ik wil je allereerst leren om je financiën en administratie op orde te krijgen. Want zorgen over geld maken andere problemen vaak erger.

Op de website staat ook informatie over andere onderwerpen om je leven meer op orde te krijgen. Denk aan o.a. toeslagen, budget tips, maar ook aan huishouden, studie, vrijwilligers/ betaald werk vinden, hobby, vrije tijd, sporten en sociale contacten onderhouden. En over wet en regelgeving.

Je kunt zelf toepassen wat je zinnig lijkt in jouw leven, niet alles is gelijk toe te passen en heb je misschien nooit nodig.

Thuis zelf doen, starten wanneer je wilt

Je kunt dit lezen wat en wanneer het jou uitkomt. Vragen kan je mailen en je bepaalt zelf wanneer en hoe je de kennis toepast.

Bijeenkomsten met anderen

Iedere maand is er nu ook een bespaarclub: de Dagobert Duck bespaar club.

Deze komt maandelijks bij elkaar en in Delft er wordt dan iedere keer een ander onderwerp behandeld. Je gaat bij deze bijeenkomsten aan de slag met je gedachten, maar vooral met je gedrag. Wat gaat goed, maar wat kan/wil ik anders in mijn leven? Wat kan ik zelf en wat kan ik van anderen leren? We praten bij deze bijeenkomsten in eerste instantie over geld bespaartips, opruim- en administratie tips.

Waar heb je invloed op

Ik wil je vooral leren om te kijken waar je zelf *invloed op kan uitoefenen* om je leven (weer) beter te maken, en ik geef naast praktische kennis ook informatie over psychologie: zodat je meer kennis krijgt om betere keuzen te maken.

Iets over mijzelf

Mijn vader komt uit Italië (gastarbeider) en mijn moeder in Nederland (schoonmaakster) in 1965 ben ik geboren in Den Haag.

Bij mijn geboorte had ik zuurstoftekort en daardoor heb ik hersenschade opgelopen. Vanaf mijn geboorte zit ik chronisch in de zorg. Ik was een nieuwsgierig kind dat graag met haar neus in de boeken zat. Ik heb veel opleidingen gedaan: van LOM school tot Universiteit waar ik psychologie, en bijvakken medicijnen en rechten heb gestudeerd.

In 1993 werd ik drs. in de klinische en gezondheidszorg psychologie. Ik ben geen therapeut, maar geef wel praktische adviezen.

Leren omgaan met weinig geld

Ik heb zelf 10 jaar in de bijstand gezeten. Door vrijwilligers werk en verschillende deeltijd / avond studies heb ik daarna 15 jaar gewerkt in de zorg en dienstverlening.

Daar zag ik dat geldzorgen andere problemen vaak erger maakten.

Rode draad in mijn vele (meer dan 40 functies) was onderzoek, advies, voorlichting en belangenbehartiger. Ik had vaak 2 banen tegelijkertijd en studeerde daarnaast thuis in deeltijd

Kennis geeft meer regie over je eigen leven

Zo leerde ik voor mijn werk meer over schuldhulpverlening, verzekeringen en budgetteren / financiën, kwaliteit, marketing / PR. O.a. om een eigen bedrijf op te zetten; en kreeg ik zo veel financiële vakkennis.

Informatie verzamelen over allerlei onderwerpen om betere keuzen te kunnen maken in je leven, is voor mij een hobby. Ik lees veel: op internet, maar ik haal

ook veel kennis en informatie uit boeken, tv en kranten. Deze kennis wil ik graag met je delen!

GGZ en zorgkennis: mijn eigen verhaal

Als patiënt

Van mijn 1.5^{de} - 45^{ste} jaar als chronisch patiënt in de ziekenhuiszorg bij diverse specialisten o.a. voor mijn epilepsie en spasticiteit. Op mijn 20^{ste} kreeg ik een zware depressie. Door te studeren en die kennis toe te passen in mijn leven, ben ik daar gelukkig uit gekomen. Op mijn 40^{ste} werd autisme vastgesteld na verzoek van mijn werkgever. Voordeel: ik denk als eerste in praktische adviezen en oplossingen voor een vraag.

In betaalde functies

Ik heb 12 jaar als coördinator in een tijdelijk GGZ opvanghuis / leerhuis voor de psychiatrie en in de daklozenopvang gewerkt in Den Haag tot 2012.

Mijn werk motto's in het opvanghuis waren:

- "ik geef je een steuntje in je rug; en een schop onder je kont".
- "wil jij je leven leiden met een korte of lange ij?"
- "hoe meer je zelf doet, hoe minder je afhankelijk bent van anderen"

Ik hielp de bewoners met het aanpakken van hun geldzorgen en gaf advies over diverse zorgen en levensvragen waar zij mee zaten.

Ook heb ik 2 jaar in als GGZ¹ cliënten ondersteuner / GGZ projectmedewerker gewerkt in Delft om de re-integratie en acceptatie van de GGZ cliënt in de maatschappij te vergroten en het eigen herstel te bevorderen. Ik heb in 2005 een GGZ dagbestedings- gids en een jeugdgid geschreven voor de regio Delft.

Ik heb daarna in 2005/ 2006 als interim mantelzorg² manager gewerkt in Schiedam

Na mijn ontslag bij Perspektief in 2010, waar ik als woonbegeleider werkte, heb ik een eigen organisatie gehad van 2010-2012: STERK in de GGZ in Delft.

¹ Geestelijke gezondheid zorg

² Je bent mantelzorger als je extra voor familie zorgt bijv. voor oudere vader, vriend in rolstoel of gehandicapt kind

Aanvullend: heb ik in 2002-2003 een jaar bij een ARBO dienst gewerkt als re-integratie adviseur. En als kwaliteitsmanager in de zorg: in 1995 een jaar bij de jeugd opvang en in 2007 een jaar bij de daklozenopvang in Den Haag. Als 2^{de} functie heb ik veel callcenter werk o.a. bij zorgverzekeraars gedaan, om niet in de schulden te komen.

Schulden aanpakken: welke kennis heb ik daarover opgedaan

Ik heb als schuldhulpbegeleider gewerkt bij diverse woningbouwcorporaties, waar ik bewoners met beginnende huur betaal achterstanden hielp met het aanpakken en oplossen van de betalingen achterstanden.

Bij de Formulieren brigade en Humanitas in Delft, zag ik dat men zelf ook nog veel wilde doen, maar vaak niet wist hoe dat aan te pakken.

Inloop Post en geld bij de Hoven

Nu ben ik 61 jaar oud. Ik doe divers vrijwilligerswerk in Delft bij meerdere organisaties o.a. bij de Herstel academie en Humantas. Ik woon nu 20 jaar samen met een lieve vriend die als programmeur full time in de ICT werkt en die (na een motorongeluk op zijn 19^{de}) in een rolstoel zit met een dwarslaesie.

We hebben een druk en zinvol leven binnen de grenzen van wat we aankunnen. Ik heb geen kinderen (bewuste keuze). Ik lees, fiets en kook graag en ben dol op de katten in huis.

Vragen aan jou

Ik ben ook benieuwd naar jouw leven: waar loop je tegenaan in je leven en waar wil je bij deze training graag hulp/advies bij krijgen? Dan pas ik de training informatie aan, zodat het maatwerk wordt.

Want: wat zet jij centraal in jou leven? Waar besteed je veel tijd en aandacht aan? Maakt dat jou (on)gelukkig?

Als je een tevreden en gelukkig leven hebt, dan hoef je niet verder te lezen.

Denk je: ik mis nog wat in mijn leven, ik wil mijn leven wel graag op orde krijgen, maar ik weet niet precies hoe ik dat aan kan pakken, dan kan je

misschien iets hebben aan de informatie en praktische tips die ik heb verzameld in mijn leven en nu deel met jou.

Met deze test kan je nu zelf al bekijken hoe “geld fit” jij bent:
<https://geldfit.nl/test/> van de Nederlandse Schuldhulp Route:
<https://nederlandseschuldhulproute.nl/>

Heb je zelf ervaringen en tips die je graag met mij en anderen wilt delen? Ik ben vooral benieuwd naar jou!

Wil je daarom als je wilt de onderstaande vragenlijst invullen en retour mailen?

Als ik weet waar je tegenaan loopt, kan ik je ook betere informatie geven.
Zodat je zelf daarmee verder aan de slag kan gaan.

Mail je eigen informatietips, jouw vragen en de antwoorden op bovengenoemde vragen naar: jelevenoporde@ziggo.nl

Ik ben er in ieder geval altijd blij mee!

Chiara Tafuni

Herstel academie Delft