

# De Waterheuvel

eenmalig jubileummagazine

# 25 JAAR



**25 YEARS**  
De Waterheuvel  
a once-only jubilee magazine

# INHOUD

- P01 Welkom bij De Waterheuvel
- P06 Interviews met leden deel 1
- P14 Thuis in het clubhuis
- P18 Beter een goede buur...
- P21 Klussen plus
- P24 Interviews met leden deel 2
- P32 Een dag uit het leven van Marcel
- P36 'Warmline, goedenavond...'



## Voorwoord

Voor veel mensen is het inmiddels een begrip in de Amsterdamse binnenstad: De Waterheuvel. Een plek waar je welkom, nodig en nuttig bent. De leden van De Waterheuvel zijn mensen met een psychiatrische achtergrond en in hun 'clubhuis' vinden ze de warmte en het respect waar ze soms al lang naar op zoek zijn. Ze werken zij aan zij met de staf om het pand aan de Sarphatistraat draaiende te houden, ze doen er contacten en werkervaring op, ondersteunen en helpen elkaar en richten samen de blik op de toekomst. Om zo een zinvol bestaan op te bouwen in de buurt en in de stad. En dat gebeurt al 25 jaar. Ook is er al 25 jaar een stevige band tussen De Waterheuvel en de Gemeente Amsterdam. Het clubhuis wordt beschouwd als een vernieuwende en in de praktijk bewezen bijdrage aan het herstel van Amsterdammers met psychische problemen. Het vernieuwende zit 'm in het feit dat er juist níét op problemen wordt gefocust. Door de nadruk op kracht en mogelijkheden van de leden te leggen, haalt De Waterheuvel het beste in ze naar boven. Een unieke manier van werken. Er is in de buurt veel waardering voor de actieve rol van De Waterheuvel. De werkervaringsplaats voor clubhuisleden, Lunchroom De Buren, is slechts één van de initiatieven die de Sarphatistraat een levendige aanblik geven. Ook verzorgt De Waterheuvel de lunch van het Theaterinstituut en worden er buurtborrels gehouden. De in het pand gehuisveste Werkleerschool, een samenwerking van De Waterheuvel en stadsbrouwerij De Prael, bevordert de maatschappelijke participatie van mensen met een psychiatrisch verleden. De 'voor en door' projecten zoals telefoonlijn de Warmline en klussenbedrijf Homeservice, waarbij clubhuisleden diensten verlenen aan lotgenoten, zijn zeer waardevol voor de stad. Ik feliciteer De Waterheuvel van harte met de plek die zij zich in de voor-gaande kwart eeuw heeft verworven en die naar mijn verwachting de komende jaren zal worden bestendig.

Mr. E. E. van der Laan  
Burgemeester van Amsterdam

## In Memoriam Anne-Claar Goris

Op 4 mei 2011 is Anne-Claar Goris overleden. Anne-Claar was lid van het bestuur van De Waterheuvel en voorzitter van de stichting Fountain House Nederland. Zij was het die samen met Marian Hijmans en Monique Geraerts, de eerste directeurs van De Waterheuvel,

het idee voor een Fountain House clubhuis van New York naar Nederland heeft gehaald.

Anne-Claar is al die jaren op een geweldige manier betrokken geweest bij het wel en wee van De Waterheuvel. Diep bedroefd en verslagen zijn we dat zij op nog zo'n jonge leeftijd afscheid heeft moeten nemen van het leven. Anne-Claar was 64 jaar. Zij zal altijd in het hart van De Waterheuvel blijven doorleven.



Namens leden, bestuur en staf van De Waterheuvel,  
Wander Reitsma, directeur

## Colofon

Jubileummagazine ter gelegenheid van 25 jaar De Waterheuvel  
Uitgave © 2011 [www.waterheuvel.nl](http://www.waterheuvel.nl)  
Hoofdredactie Wander Reitsma  
Coördinatie/eindredactie Pam van der Veen  
Art direction/vormgeving Barbara Peerdeman  
Medewerkers Argibald, Merlijn Doomernik, Meike Huber, Fiona Ivanov, Bastiaan van Musscher, Gerrit Serné, Isis Torensma, Martijn de Vries, Ella Mae Wester  
Vertaling Jan Warndorff - Beter Engels Vertaalbureau  
Met dank aan Alle (staf)leden van De Waterheuvel  
Drukker Libertas, Bunnik  
Papier 250/120 grams Revive 100 White  
Contactadres De Waterheuvel, Sarphatistraat 43,  
1018 EW Amsterdam, 020-6264642, [info@waterheuvel.nl](mailto:info@waterheuvel.nl)

## FOREWORD

For many people it has become an indispensable fixture of Amsterdam's inner city: De Waterheuvel. A place to feel welcome, needed and useful. The members of De Waterheuvel are people with a psychiatric history, and in their 'club house' they find the warmth and respect that some of them may have sought for a long time. Here they work side by side with the staff to keep the building at Sarphatistraat up and running, here they gain social contacts and work experience, they help and support each other, and together they look forward to a future in which they can build up a meaningful life in the neighborhood and the city. De Waterheuvel has been fulfilling that role for 25 years now. And for 25 years there is a close connection between De Waterheuvel and the city of Amsterdam. The club house is seen as an innovative and practice-proven contribution to the recovery and rehabilitation of Amsterdammers that suffer or have suffered mental illness. The innovative aspect of it is precisely that the focus is not on that illness. By concentrating instead on members' strengths and abilities, De Waterheuvel brings out the best in them. A unique way of working.

# WELKOM bij De Waterheuvel

TEKST Pam van der Veen / FOTO'S Isis Torensma, Bastiaan van Musscher

25 jaar De Waterheuvel. Een clubhuis voor en door mensen met een psychiatrische achtergrond. Een plek om je veilig en welkom te voelen, waar je meedraait, nodig en nuttig bent. Hoe een gemeenschap naar Amerikaans model vaste grond onder de voeten kreeg in Amsterdam.

**W**e Are Not Alone. Dat was de naam van een Amerikaanse zelfhulpgroep van patiënten van het Rockland State Hospital, een psychiatrisch ziekenhuis in New York. Door de de-institutionalisering in de VS sloten veel klinieken en waren ook deze patiënten op straat komen te staan. Er vonden ontmoetingen plaats en in 1944 hielden ze hun eerste bijeenkomst, in de YMCA in Manhattan. Nieuwe meetings volgden, de groep groeide en er ontstond een sociaal netwerk. Dat werd zelfs zo groot, dat er behoefte was aan een eigen ruimte. Die kwam er in 1948. Met financiële steun van sponsors en de hulp van vrijwilligers kon er een pand worden gekocht, opgeknapt en ingericht. Het Fountain House, vernoemd naar de fontein die op de binnenplaats staat, opende haar deuren. Het werd een shelter voor mensen met langdurige psychiatrische problemen, een plek waar ze zich veilig, welkom en gerespecteerd voelden. Een community, op gelijkwaardige basis gerund door de leden zelf, met steun van vrijwilligers. Maar al snel werd de organisatie te groot om zonder vaste medewerkers goed te blijven draaien. Professionalisering was de volgende stap; er kwamen maatschappelijk werkers in dienst en één van hen, John Beard, werd in 1955 benoemd tot directeur.

## Zij aan zij

Ondanks het aantreden van betaald personeel bleef gelijkwaardigheid centraal staan. Alle werkzaamheden in het Fountain House komen voor rekening van leden én staf, er is geen hiërarchisch onderscheid, mensen werken zij aan zij aan het draaiende houden van de plek. Van schoonmaak, keuken en administratie tot het uitzetten van beleid en organiseren van activiteiten, iedereen draagt op zijn manier, op zijn eigen niveau bij. 'Wat kan iemand wél?', is het uitgangspunt. Er trad meer staf aan en om het ownership



## IN MEMORIAM ANNE-CLAAR GORIS

Op 4 May 2011, Anne-Claar Goris passed away. Anne-Claar was board member of De Waterheuvel and chairperson of the Stichting Fountain House Nederland. She was the one who, together with the first directors of De Waterheuvel, Marian Hijmans and Monique Geraerts, brought the idea for a Fountain House club house from New York to the Netherlands. Throughout the years, Anne-Claar was tremendously involved with the fate and fortunes of De Waterheuvel. We are deeply saddened and disheartened that she had to take leave of life at such a young age. Anne-Claar was 64. She will forever continue to live within the heart of De Waterheuvel.

On behalf of De Waterheuvel members, board and staff,  
Wander Reitsma, director

The active role that De Waterheuvel plays in the neighborhood is highly appreciated. Lunchroom De Buren, a work experience place for club house members, is just one of the initiatives that adds a lively dimension to Sarphatistraat. De Waterheuvel provides lunch for the nearby Theater Instituut and organizes neighborhood parties. A collaboration of De Waterheuvel and city brewery De Prael, the job training center (Werkleerschool) established in the building, promotes the social participation of people with a history of mental illness. The 'for and by' projects such as the telephone helpline de Warmline and the home improvement firm Homeservice, through which club house members offer services to fellow ex-patients, are very valuable for the city. I warmly congratulate De Waterheuvel with the role that it has managed to build for itself over the past quarter-century, and which I expect shall be consolidated further in the years to come.

Mr. E.E. van der Laan  
Mayor of Amsterdam

## WELCOME TO DE WATERHEUVEL

25 years of a club house of and for people with a mental illness. A place to feel safe and welcome, where you participate in the work and are needed and useful. Here's how a community based on an American model gained solid ground in Amsterdam. We Are Not Alone. That was the name of an American self-help group of patients of the Rockland State Hospital, a psychiatric institution in New York. Following a wave of de-institutionalization in the US, many clinics discharged their patients and shut down. These former patients continued to meet and in 1944 they organized their first gathering at the YMCA in Manhattan. Further meetings followed, the group expanded and a social network sprung up. Things progressed to such a point that the need arose for a place of their own. In 1948 that wish came true, when the financial aid of sponsors and the assistance of volunteers made it possible to buy, fix up and furnish a home. Named after the fountain in its courtyard, The Fountain House opened its doors. Offering a shelter for people with persistent psychiatric problems, it was a place where they felt welcome and respected. It was a community, run on the basis of equivalence by the members, with the support of volunteers. Soon enough the organization became too large. Social workers were hired, and one of them, John Beard, was appointed director in 1955.



## DIERBAAR

Annelore Roelofs is sinds 2002 bestuurslid van De Waterheugel en thans bestuursvoorzitter. De clubhuisgedachte en het enthousiasme van leden en staf spraken haar meteen aan, evenals de kleinschaligheid en de centrale positie in de stad. 'In het clubhuis gaat het er minder klinisch aan toe dan in de klassieke zorg,' zegt Annelore. 'De leden kiezen zelf, het beste wordt in ze naar boven gehaald door te kijken naar hun mogelijkheden. Waar voelen ze zich gelukkig bij, wat helpt ze? Eigen verantwoordelijkheid hoort daarbij, met hulp en ondersteuning van (staf)leden op momenten dat het even niet lukt.' De structuur van een werkdag op De Waterheugel kan leden helpen hun leven weer op te bouwen. Weliswaar komt niet iedereen daardoor toe aan een betaalde baan, maar dat maakt het clubhuis niet minder waardevol, vindt Annelore. 'Aandacht voor arbeidsrehabilitatie is belangrijk, maar De Waterheugel moet ook een laagdrempelige basisvoorziening blijven.' Wat betreft die doorstroom naar regulier werk valt er overigens nog wel wat te verbeteren. 'Het is helaas lastig om volwaardige banen voor clubhuisleden te vinden. Werkgevers zijn er huiverig voor ze in dienst te nemen, ook al is een bredere samenstelling van het personeel heel gezond voor de bedrijfscultuur.' In haar negen jaar als bestuursvoorzitter heeft Annelore De Waterheugel zien professionaliseren, samenwerkingsverbanden zien aangaan en zien uitbreiden. Met de aankoop van het buurpand kon er een werklerschool, klussenbedrijf en zaalverhuur worden opgezet. Ook de opening van lunchroom De Buren was een grote stap. Annelore: 'Het heeft het bestuur kopzorgen gekost, we hebben er avonden over gediscussieerd, maar als je nu ziet hoe iedereen daar aan het werk is... Dat was het allemaal waard. Goede dingen doen voor de leden, daar ligt de voldoening. En een groot deel van de lol zit in het bestuur zelf, in de plezierige sfeer die er heerst. Het is een diverse groep waar ook twee clubhuisleden deel van uitmaken. Ik vind het heel krachtig dat het gelijkwaardigheidsprincipe van het clubhuis tot dat niveau is doorgevoerd. Dat is uniek en geeft inkleuring aan het bestuur en de vergaderingen.' Ondanks haar betrokkenheid legt Annelore haar functie als bestuurslid dit jaar neer. 'De Waterheugel heeft recht op een nieuwe, frisse voorzitter,' licht ze toe. 'Maar ik neem ik afscheid met pijn in het hart, want het clubhuis is mij zeer dierbaar.'

zaalverhuur, lunchroom en receptie, waar leden in het kader van arbeidsrehabilitatie kunnen oefenen met verschillende werkzaamheden. Participatieraad, activiteitencommissie en bestuur zijn eveneens plekken waar mensen een taak op zich kunnen nemen. 'We kregen destijds veel steun van werkgevers voor het idee van arbeidsrehabilitatie,' vertelt Monique. 'We hadden een aantal banen waar leden konden werken, "doorstroombanen", onder



### CLUBHUIZEN WERELDWIJD

Er zijn inmiddels zo'n driehonderd clubhuizen in de wereld. Het International Center for Clubhouse Development (ICCD) helpt bij de realisatie van nieuwe clubhuizen naar het Fountain House-model, door middel van voorlichting, trainingen, conferenties en certificering. De European Partnership for Clubhouse Development (EPCD) is onderdeel van ICCD en richt zich uitsluitend op clubhuizen in Europa. Door uitwisseling van kennis en ervaringen hoopt men ooit in alle steden van alle landen ter wereld een clubhuis gevestigd te hebben.

phenomenon." Marian: "We often invited professional carers to have a look, for they were initially a bit hesitant about referring people to us. They really had to cross that threshold. For example, they feared that we were anti-medication; while in fact it's not at all so. After all, it is thanks to improved medication that members are able to function better and so contribute to the success of the club house." Concentrating on people's healthy sides: at De Waterheugel it's a matter of course, through working together in normal daily situations. Monique: "Of course members would want to talk to me once in a while. But then I wouldn't sit down to discuss their problems like a professional worker, but instead we'd go do the dishes together."

#### Rehabilitation

Since having a paid job is still one of the main means of building up a meaningful life and having a sense of belonging, De Waterheugel's efforts are geared to work rehabilitation. The club house consists of different units, such as the office, kitchen, hall rental service, lunchroom and reception desk, where members can practice various tasks as part of their job training. The participation council, activities committee and the board are also places where members can assume certain tasks.

"At the time a lot of employers supported our notion of job rehabilitation", Monique says. "We had a number of job positions where members could gain work experience, for instance at De Nederlandse Bank, the Hortus botanical gardens, and the municipal district office Westerpark." If a member was unable to go to work for whatever reason, then another member or staff member would step in. This gave the employer the assurance of continuity. The idea that chronic patients, with some form of support, can perform well in society and even hold a paid job has now become a commonly accepted principle and a part of psychiatric rehabilitation.

#### 'Wipe your feet!'

All members of De Waterheugel do something for the club house, to whatever extent they are able to, explains Monique. "You don't arrange with them that they'll show up for work four days a week, but you ask 'so what do you want to do today?' Nevertheless they do feel called upon, they have a responsibility to each other and to the club house, and as such they are indispensable. Members do the work that they choose to do. That flexibility is one of the advantages of the model: if you're not feeling so well, you anyway show up and do something else, or something small."

meer bij De Nederlandse Bank, de Hortus en Stadsdeelkantoor Westerpark.' Kon een lid om welke reden dan ook niet naar zijn werk, dan werd dat opgevangen door een ander lid of een staf lid. Zo werd continuïteit voor de werkgever gewaarborgd. Het idee dat chronische patiënten met bepaalde vormen van steun goed kunnen functioneren in de maatschappij en zelfs betaald werk kunnen doen, is nu algemeen uitgangspunt en onderdeel van psychiatrische rehabilitatie.

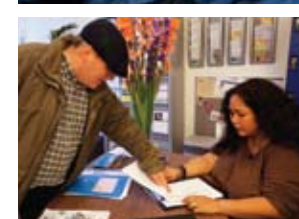
### 'Voeten vegen!'

Leden van De Waterheugel doen allemaal iets voor het club, voor zover ze kunnen, aldus Monique. 'Je spreekt niet af dat ze vier dagen in de week komen werken, maar je vraagt: "Wat wil je vandaag doen?" Toch wordt er een beroep op mensen gedaan, ze hebben een functie voor elkaar en voor het clubhuis en zijn daarin onmisbaar. Leden doen werk dat ze zelf kiezen. Die flexibiliteit is één van de voordelen van het model: als het slechter met je gaat, kom je wel, maar doe je iets anders, of iets heel kleins.' Marian: 'We nodigden leden uit. Zo van: "Als je daar toch zit, kun je dan even op de deur letten?" Dat was één van de dingen die ik in het Fountain House New York had gezien. Er was daar een oudere vrouw die tot weinig in staat was, behalve schreeuwen. Het was winter, het sneeuwde en zij zat naast de deur. Steeds als er iemand binnenkwam, riep zij: "Voeten vegen!" Dat werd haar taak, en ze was er trots op. Ze is daarna gevraagd om bij de balie gaan werken. Dat was een hele stap waardoor ze weer contact

met anderen kreeg. Zo vroegen wij mensen die heel veel praatten om bezoekers uit te leggen wat De Waterheugel is. Je zoekt naar iets wat mensen kunnen, een aanknopingspunt, en zo zet je ze in hun kracht.' Monique: 'Dat klinkt misschien betuttelend, maar dat is het niet. In de juiste context gaan leden vanzelf nieuwe dingen doen en bedenken.'

### Zinvol werk

De Waterheugel is niet alleen afhankelijk van het dagelijkse werk en de inbreng van de leden, maar ontleent zijn identiteit aan hen. Dat stimuleert leden om een actieve rol op zich te nemen, hun patiëntenrol achter zich te laten en hun zelfvertrouwen te herwinnen. Ze doen zinvol werk, leggen contacten, delen ervaringen, steunen en versterken elkaar, bouwen hun mogelijkheden uit en verbeteren hun kwaliteit van leven. De Waterheugel is daarmee de eerste die een poging heeft gedaan tot verandering van de chronische zorg. Uitgaand van het idee dat mensen een handicap hebben, maar daarmee toch ook nog een heleboel wél kunnen.



Marian: "We would invite members to do things. Like, 'As long as you're sitting there anyway, would you mind watching the door?' That was one of the things I'd seen in Fountain House New York. There was an elderly lady there who wasn't capable of much, except scream. It was winter, it was snowing, and she was seated next to the entrance. Whenever someone came in she'd yell 'Wipe your feet!' That became her job, and she was proud of it. After that she was asked to work at the reception desk. That was a big step, as a result of which she could establish contact with others again. In the same way, we asked members that liked to talk a lot to explain De Waterheugel to visitors. You focus on what people are capable of, as some kind of connection, and in that way you empower them." Monique: "It may sound a bit patronizing, but it isn't at all. Given the right context, members start to think and do new things on their own initiative."

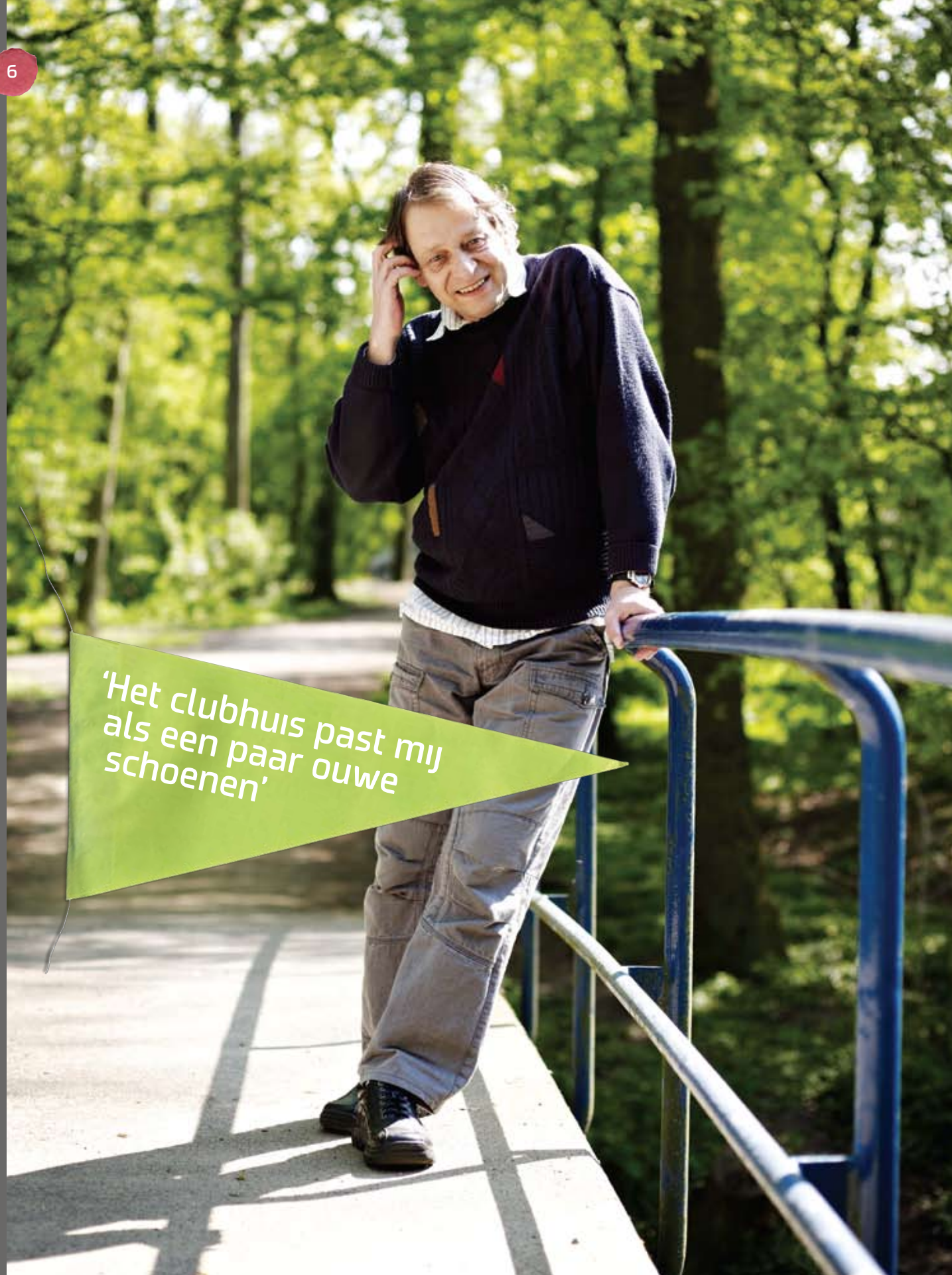
#### Meaningful work

De Waterheugel is not only dependent on the daily work performed by the members, but it also derives its identity from them. This encourages members to take on an active role, to shed their patient's role and to regain their self-

confidence. They do meaningful work, they establish contact with others, share experiences, support and fortify each other, expand their possibilities and improve their quality of life. This makes De Waterheugel the first organization to attempt to change chronic mental care. It's all about acknowledging that people have a handicap, but that there are still lots of things that they are still capable of.

#### CLUB HOUSES WORLDWIDE

There are now some 300 club houses worldwide. The International Center for Clubhouse Development (ICCD) helps to set up new club houses after the Fountain House model, through information, trainings, conferences and certification. The European Partnership for Clubhouse Development (EPCD) is part of ICCD, and is geared only to club houses in Europe. By exchanging knowledge and experience, it is hoped to one day have a club house in every city of the world.



'Het clubhuis past mij als een paar ouwe schoenen'

# ALBERT

**ALBERT GELANG (64), LID VAN DE WATERHEUVEL SINDS 2009**

We zijn niet gemaakt om alleen te zijn, om zo individualistisch te opereren als de moderne maatschappij dat van ons verlangt. Mensen komen mede daardoor in de psychische problemen. In De Waterheuvel is juist alles op de community gericht. Er is sociale controle en een gemeenschappelijk belang. Het is dan ook vooral een geschikte plek voor mensen die enige kracht hebben op het gebied van communicatie.

**MIJ PAST** het clubhuis als een paar ouwe schoenen. Ik wist wel dat ik zo iets als dit nodig had, maar sta er toch versteld van hoe goed het voor me is. Door De Waterheuvel heb ik het gevoel dat ik weer meedoe. Ik zit achter de balie, werk bij de cliëntentelefoon Warmline en ben voorzitter van de participatieraad, die de leden vertegenwoordigt in staf, directie en bestuur. Ik ben nog maar anderhalf jaar bij De Waterheuvel, dus je kunt wel stellen dat ik razendsnel carrière heb gemaakt! Het heeft me een flinke oppepper gegeven. Ik ben 64 en hoef niet meer een gewone baan, maar ik ben blij dat ik in De Waterheuvel toch nog een beetje kan groeien.

**IK ORGANISEER** ook De Waterheuvel Wandelgroep, die elke vrijdag om tien uur 's ochtends uit de Sarphatistraat vertrekt. Wekelijks bedenk ik een andere route, naar het Amstelpark, de Wallen, de Albert Cuyp, het Amsterdamse Bos. Zelf loop ik makkelijk twintig kilometer weg, maar dat willen de meeste leden niet. Van tevoren maak ik een beschrijving en onderweg vertel ik over wat we zien of we halen herinneringen op aan de plekken waar we lopen. *Walking meeting group*, heet het dan ook oorspronkelijk. Het is de bedoeling dat de mensen contact maken, elkaar leren kennen. En als de spirit er niet inzit, dan maak ik ze eens flink aan het lachen. De buitenlucht en de beweging brengen verlichting. Als er iets goed is bij psychische problemen, dan is het wel wandelen. Je ziet mensen opfleuren, vooral als het lekker weer wordt. Daar kunnen geen medicijnen tegenop.

FOTO'S Merlijn Doomernik

**ALBERT GELANG (64), MEMBER OF DE WATERHEUVEL SINCE 2009**

"People weren't made to be alone, to operate as individualistically as modern society demands of us. Nine out of ten wind up with psychological issues because of it. At De Waterheuvel everything instead revolves around the community. There is social control and a common interest. So it's especially suitable for people that have some communicative ability. The club house fits me like a pair of old shoes. I was aware that I needed something like this, but am nevertheless amazed at how good it is for me. Thanks to De Waterheuvel I have a sense of participating again. I sit at the reception desk, work for the client helpline Warmline, and am the chairman of the participation board that represents the members to the staff, management and board. I only joined De Waterheuvel 18 months ago, so you might say that my career has progressed like lightning! This has really given me a huge boost. I'm 64 years old and no longer need a regular job, but I'm happy for the opportunity to continue growing at De Waterheuvel.

I also organize the Waterheuvel Walking Group, which departs from Sarphatistraat every Friday morning at 10. Every week I plan a different route, to the Amstelpark, to the Wallen, the Albert Cuyp market, the Amsterdamse Bos. Personally I can walk 20 kilometers any day, but most of the members would rather not. I make a route description beforehand and I describe the things we encounter along the way, or we exchange memories about the places we pass. That's why the original name was Walking Meeting Group. The point is for people to get to know each other, to build up some contact. And if there's no spirit in it on any particular day, then I make sure to really get them laughing about something. The open air and the exercise brighten up your mood. If there's one thing that helps when suffering psychological problems, then it's walking. You can see people really come to life again, especially when the weather turns nice. There's no medicine that can beat that."

# ANNIKA

## ANNIKA (30), STAFLID SINDS 2008

Ik heb iedere dag zin om naar mijn werk te gaan. Als ik vakantie heb gehad, kan ik niet wachten om weer aan de slag te gaan. Wat mij het eerst opviel toen ik op De Waterheuvel kwam werken, was de huiselijke, warme sfeer. De mensen gaan hier gemoedelijk met elkaar om, als in een grote familie. In eerste instantie zag ik totaal niet wie de leden en wie de stafleden waren, daar heb ik wel even over gedaan. In de zorg heeft men de mond vol van gelijkwaardigheid, maar De Waterheuvel is naar mijn mening de enige plek waar iedereen ook echt gelijk is. Dat wordt tot in alle niveaus doorgetrokken, ook de minder leuke klusjes zijn voor iedereen.

**MIJN TAAK** bestaat uit het begeleiden van leden bij de balie, de financiële administratie, het beantwoorden van de telefoon en het ontvangen van gasten. Ik probeer leden bewust te maken van hun houding: gaat het een keer niet lekker met je, wees dan toch vriendelijk en zorg dat bezoekers zich welkom voelen. Zelf moet ik daarin natuurlijk het goede voorbeeld geven.

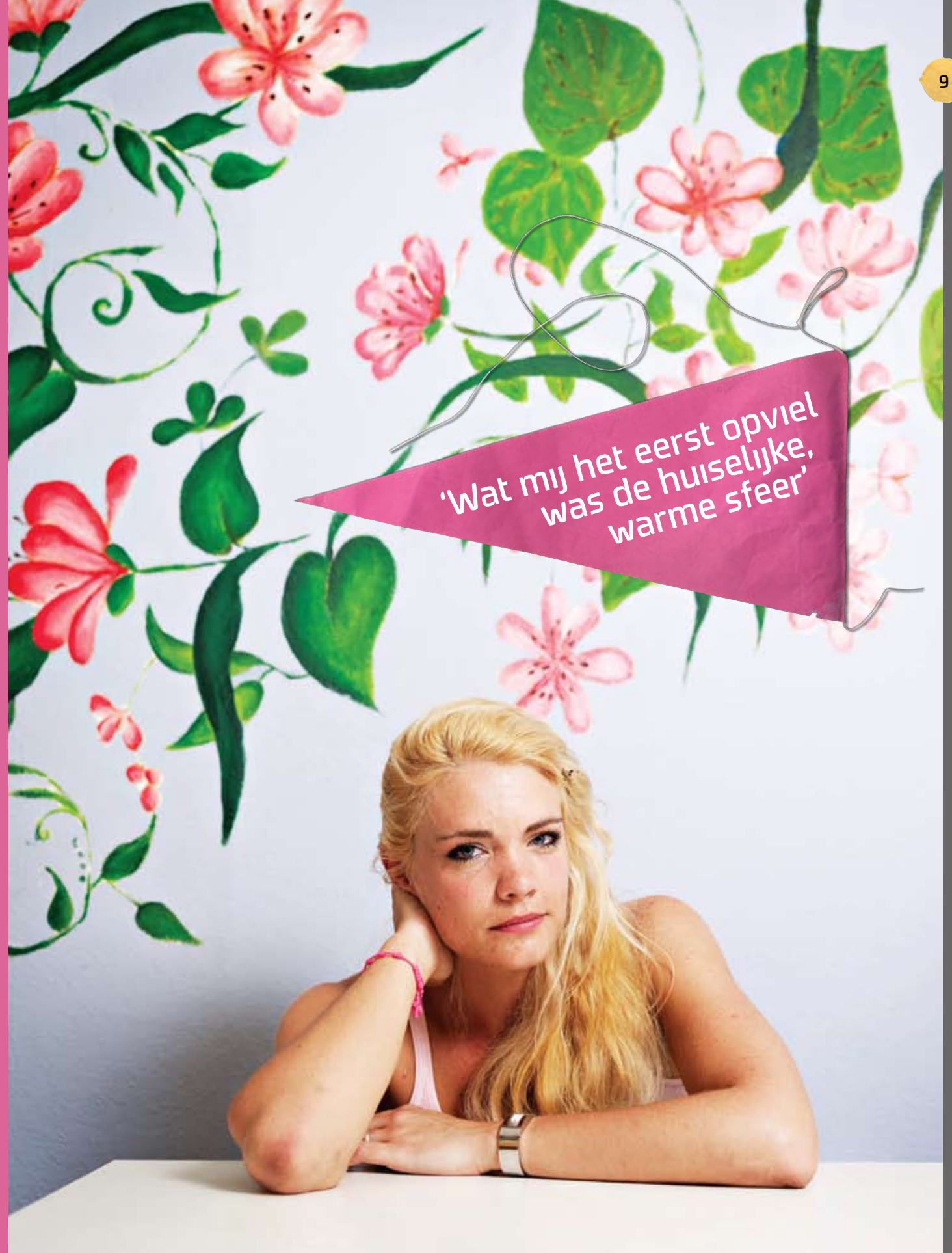
**DE LEDEN** dragen elk op hun eigen niveau bij aan het draaiende houden van het clubhuis. Er wordt niet gekeken naar de beperkingen, maar naar de mogelijkheden van elk individu. Zo haal je méér uit jezelf, wat volgens mij zinvoller is dan de traditionele relatie cliënt-hulpverlener. Ik heb al veel mensen zien groeien op De Waterheuvel, ze vinden hier een veilige basis, sluiten vriendschappen en nemen taken of zelfs hele projecten op zich. Dat zijn mijn cadeautjes, daar doe ik het voor. Samen met een aantal leden heb ik ook een creatieve unit opgezet waar we kunnen schilderen, filmpjes maken of ons op andere manieren kunnen uiten. Ik leer veel van het clubhuis. Ik heb een bepaalde visie op de wereld, maar bij De Waterheuvel lopen mensen rond die daar heel anders over denken. Ze dagen mij uit om ook anders naar de dingen te kijken. En ze inspireren me door ondanks hun problemen toch van het leven te genieten. Die kracht, dat vind ik heel bijzonder.



### ANNIKA (30), STAFF MEMBER SINCE 2008

"I look forward to going to work every day. If I've been on holiday, I just can't wait to get back to work again. The first thing that struck me when I started working at De Waterheuvel is the warm, homely atmosphere. The people here treat each other kindly, it's like one big family. At first I really couldn't tell which people were members and which were staff, it took me some time to work that out. There's a lot of talk in the care sector about equivalence, but in my opinion De Waterheuvel is the only place where everyone really is equal. This is carried to all levels, so even the less pleasant tasks are for everyone to do. But if you do things together, then you can turn any activity into a bit of fun. My job is to assist members at the reception desk, with financial administration, with answering the phone and receiving guests. I try to make them aware of their demeanor: even if you don't feel too good, remember to be friendly anyway and make sure the guests feel welcome. Of course I need to set the right example here, too.

The members all contribute at their own level to running the club house. What matters are not someone's limitations, but each individual's capabilities. In that way you can get more out of yourself, which I think is more worthwhile than the traditional client-care giver relationship. I've seen lots of people really develop at De Waterheuvel, they find a safe haven here, build friendships and take on tasks or even entire projects. Such things are like gifts for me, this is my motivation. Together with some members we've set up a creative unit where we can paint, make films or engage in other forms of expression. We have some real talent here, and we should be proud of it. I learn a lot from the club house. I have a certain vision of the world, but at De Waterheuvel you encounter people with entirely different views. They challenge me to also look at things in other ways. And they inspire me by continuing to enjoy life, despite their problems. I find that a very special strength."



'Ik doe mijn werk met blijdschap'



# DUDLEY

## DUDLEY CLEOFA (54), LID SINDS 2010

'Ik spreek altijd heel lovend over De Waterheuvel, het is een gezellige plaats, ik voel me thuis. Met de mensen hier kan ik goed omgaan, ik ken het klappen van de zweep, ik ben vader en opa en heb veel levenservaring. Vier dagen in de week werk ik in de keuken, ik doe voorbereidingen zoals snijwerk en help mee met het koken van meeneemmaaltijden voor de leden. Dat zijn gerechten die ze voor 3 euro kunnen kopen, Surinaams, Antilliaans, Nederlands, van alles. De liefde voor koken zit in mijn familie, mijn zus heeft een catering-bedrijf op Curaçao. Ik houd ook veel van lekker eten, vooral van bruine bonen met spek en gezouten varkensstaart. Toch ben ik bijna twintig kilo afgevallen sinds ik op De Waterheuvel kom, doordat ik altijd zo druk bezig ben. En ook doordat ik elke dag twintig minuten heen en terug wandel. Dat is goed voor mijn gezondheid, want ik heb diabetes en moet vier keer per dag spuiten.

**OP DE WATERHEUVEL** heb ik met de computer leren werken. Ook volg ik een opleiding horeca/detailhandel aan de Werkleerschool. Daar ben ik heel enthousiast over, ik kan al serveren met drie, vier borden. Handig voor als ik in het Treffertje sta. Ik doe mijn werk hier met blijdschap en kom elke dag op tijd om het ontbijt voor de leden klaar te zetten. In het begin kwam ik al om 8 uur, zo gemotiveerd was ik. "Je bent te vroeg," zeiden ze dan. Juist doordat ik mijn gang kan gaan en er geen druk op me ligt, neem ik mijn verantwoordelijkheid voor de volle 100 procent.'

“

### DUDLEY CLEOFA (54), MEMBER SINCE 2010

"I always speak very highly of De Waterheuvel, it's an easy-going place, I feel at home. I can relate well to the people here, I know the ropes, I'm a father and a grandfather and I've got lots of life experience. I work in the kitchen four days a week, helping with preparations like cutting vegetables, and I help cook the take-along meals for the members. Those are dishes that they can buy for 3 euros - Surinamese, Antillean, Dutch dishes, all sorts. The love of cooking runs deep in my family, my sister owns a catering firm on Curaçao. I also really enjoy good food, especially brown beans with bacon and salted pig's tail. But still I lost almost 20 kilos since I came to De Waterheuvel, that's because I'm always so busy. And also because I walk there and back every day, 20 minutes each way. That's good for my health, because I have diabetes and I need to self-inject four times a day.

At De Waterheuvel I learnt how to work with a computer. I'm also following a training course in the catering and retail trade, at the job training center. I'm really enthusiastic about that, I've already learnt to carry three, four plates at a time. That comes in handy when I work in our canteen het Treffertje. Working here is a pleasure. I arrive here every morning in time to set out breakfast for the members. At first I even arrived at 8 o'clock, that's how motivated I was. 'You're too early', they would say. Precisely because I can do my own thing and there's no pressure on me, I take my responsibility for the full one hundred percent."