## Visie

**We houden het simpel,** want vaak is het al ingewikkeld genoeg .

Met een vol hoofd, teveel prikkels, teveel angsten en tobbers kan de dag doorkomen al een grote opdracht zijn. Herken je jezelf hierin? Heb je een neurodivers brein of verhoogde gevoeligheid, loop je vast door een druk hoofd, prikkelgevoeligheid of overbelasting?

Bij De Buitenhut bieden we een veilige en gezellige plek voor mensen van 18 jaar of ouder voor wie bovenstaande bekend voor komt.

Bij ons ben jij het uitgangspunt en kun je buiten op het erf bij de dieren of binnen in 'de hut', ontspannen en op adem komen.

## Wat je kunt verwachten

Elke ochtend starten we met de verzorging van de paarden. Voeren, stallen schoonmaken en zorgen dat de omgeving netjes en veilig is, dit hoort bij het ritme van De Buitenhut. Het geeft vaak een rustgevend, bewegend en betekenisvol begin van de dag. Uiteraard is er ruimte om te kiezen voor een eigen activiteit op het erf die je beter past op dat moment.

De rest van de dag is minder op voorhand al ingedeeld. We werken met kleine groepen en passen het programma aan op wat er die dag nodig is. Soms kiezen we voor een wandeling, soms voor tuinwerk, en soms voor een rustige creatieve activiteit. Omdat we nog in de opstartfase zijn, ontdekken we samen wat het beste past. Dit doen we bewust, zodat het aanbod natuurlijk, persoonlijk en veilig groeit

## Missie

De Buitenhut is een dagbestedingsplek op een kleine boerderij voor volwassenen met een neurodivers of gevoelig brein die vastlopen door een druk hoofd, prikkelgevoeligheid of mentale overbelasting. Dit kan samenhangen met ADHD, ADD, ASS, hoogbegaafdheid, hoog sensitiviteit, burn out klachten of zonder duidelijke diagnose.

Je kan hier buiten werken op het erf, voor de dieren zorgen, binnen in 'de Buitenhut' iets creatiefs doen of ontspannen met een lekkere bak koffie. We werken vanuit presentie: we zijn nabij, betrokken en lopen graag met je mee terwijl je meedraait op het erf.

Onze paarden en honden maken vanzelfsprekend deel uit van het dagelijks leven bij de Buitenhut. We geloven dat fysiek bezig zijn, bijvoorbeeld in de verzorging of het contact met de dieren, of werken in de tuin een positief effect kan hebben op hoe je je voelt.

In onze plattelands omgeving, zorgen we samen voor een gezellige, veilige sfeer waarin je je gezien, gehoord en welkom voelt.

## Dagbestedingsprofiel en effecten

- Ervaringsgerichte dagbesteding op het platteland, met dieren (paarden en honden)
- Dagelijks ritme en structuur door zorg voor mens en dier
- Buiten zijn, bewegen en werken met je handen om tot rust te komen en het hoofd leeg te maken
- Verantwoordelijkheid ervaren en structuur opbouwen, bijvoorbeeld door het verzorgen van de paarden
- Ontmoeting met anderen en samen activiteiten doen waar dit passend is
- Praktische en creatieve vaardigheden ontwikkelen, zoals kleine reparaties in de stal, het hekwerk of in de tuin
- Bijdragen aan het dagelijks functioneren van de boerderij en zorg voor dieren, wat kan zorgen voor een gevoel van betekenis en zingeving

## Activiteiten

- Paarden voeren, borstelen en verzorgen
- Stallen en leefomgeving paarden schoon en veilig houden
- Wandelen (mogelijkheid met paarden en/of honden) in bosrijk en plattelands omgeving
- Reparaties en onderhoud aan leefomgeving paarden en honden
- Zaaien, planten, oogsten in de bloementuin en kleine moestuin
- Onkruid wieden, bladblazen, harken
- Compost maken
- Meehelpen bij de verzorging van het erf
- Lezen, puzzelen, tekenen
- Koffie/thee verzorgen
- (Kleine) spellen binnen of in de tuin

## Wie zijn wij

Wij zijn Denise (33) en Nienke (58), met kennis en wijsheid door diploma's: (SPH, MWD, Autismedeskundige, orthopedagogiek ) en door het leven zelf. Ooit collega's en inmiddels partners in de Buitenhut. We delen een vriendelijke en flexibele kijk op zorg en hebben beiden onder andere ervaring in het werken met hoogbegaafde jongeren en jongeren met ASS.

Denise heeft daarnaast een  passie voor paarden en tuinieren en heeft een gevoelig en zakelijk brein. Nienke heeft een passie voor muziek en kringloopwinkelen en heeft een creatief en gevoelig brein.  We zetten onze ervaring, passies en persoonlijke kwaliteiten in om met de Buitenhut een veilige, gezellige plek te bieden.

## Praktische info

- Maximaal 6 deelnemers per dagdeel
- Exacte dagdelen en wensen (bijvoorbeeld een gehele dag of vaste dagdelen) stemmen we samen af. In de opstartfase werken we vooral op dinsdag, woensdag en donderdag met de volgende dagdelen: 09:30 - 12:30 & 13:30 – 16:30. We kijken samen wat goed past bij jouw behoefte en ons aanbod.
- We werken met een ondersteuningsplan waarin vastgelegd wordt welke ondersteuning nodig is
- Het ondersteuningsplan wordt 2x per jaar geëvalueerd met de deelnemer en zo nodig bijgesteld
- Na de kennismaking volgt een gesprek, waarin we samen kijken of onze plek bij jou past.

## Financieel

De Buitenhut is te financieren via WLZ, Wmo (PGB) of particulier. Het tarief bespreken we als je wilt deelnemen, zodat het past bij jouw ondersteuningsbehoefte en budget. Onze dagbesteding is passend voor mensen met een WLZ-indicatie in zorgprofiel 3 en 4, en in overleg ook voor profiel 5, mits er geen intensieve verpleegkundige zorg of intensieve 1-op-1 begeleiding nodig is.

## Wees Welkom

Kom langs, ontmoet de dieren (en ons) en doe mee met onze activiteiten. We zien je graag!

Denise en Nienke

## Contra-indicaties

Om de veiligheid, rust en het welzijn van iedereen op het erf te kunnen waarborgen, is het helaas niet altijd mogelijk om iedereen een passende plek te bieden. Onze dagbesteding is niet geschikt voor mensen bij wie sprake is van:

- Fysieke agressie of dreiging daarvan, gericht op mensen of dieren
- Ernstige verslavingsproblematiek, waaronder middelengebruik tijdens de dagbesteding of het onder invloed verschijnen
- Wegloopgedrag, aangezien het erf niet volledig afgesloten is
- Acute psychotische klachten of ernstige crisisgevoeligheid waarbij (regelmatig) medisch ingrijpen noodzakelijk kan zijn
- Een volledige verpleegkundige zorgvraag, waaronder medische handelingen of structurele toilethulp (dit kunnen wij niet bieden)
- Ernstig seksueel grensoverschrijdend gedrag
- Onvoldoende zelfredzaamheid om zich veilig te kunnen bewegen op een erf met dieren, machines en oneffen terrein
- Intensieve één-op-één begeleiding die wij binnen onze setting niet kunnen bieden. Wij bieden geen therapie.