

# Nieuwsbrief van familie Koster

2015



## Verantwoording

Eind 2015. Een bewogen jaar. Zowel lopende zaken als nieuwe ontwikkelingen hebben veel mentale energie gevraagd van Joan en Truus, en vragen nog steeds hun aandacht. In deze zesde nieuwsbrief geven we u zowel een terug- als een vooruitblik. Dat het dwars door alles heen opnieuw een door God gezegend jaar is geweest blijkt deze keer uit wel vier ervaringsverslagen! Maar liefst drie cliënten en een vrijwilliger komen aan het woord.

Het stukje van de voorzitter komt deze keer van Leni Hoogendoorn, die het stukje overnam van Martin Hommersom. Onder het stukje ziet u ze beide tijdens het afscheid. Veel lees- en kijkplezier gewenst!

## In dit zesde nummer:

- Terugblik
- Vooruitblik
- Gratis verblijf in Frankrijk!
- Ervaringsverslag (meisje, 17)
- Vrijwilligers
- Ervaringsverslag (meisje, ± 25)
- Bestuurswisseling
- Cliëntenstatistiek L'Abri-france
- Ervaringsverslag (vrouw, ± 35)
- Ervaringen op een werkervaringsplaats van een psychologe
- Van de (nieuwe!) voorzitter

## Terugblik

We kijken dankbaar terug op 2015. Het is voor L'Abri-france een mooi en een gezegend jaar geweest; 14 jongeren en jongvolwassenen hebben bij ons gelogeed. De cliënten statistiek geeft nadere informatie over leeftijd en aard van de problematiek en de ontwikkeling ten opzichte van afgelopen jaren.

Vanaf mei tot een met eind december 2015 heeft Willemijn Verduijn als afgestudeerd psychologe op een werkervaringsplaats Truus geholpen in de bege-

leiding (zie haar enthousiaste verhaal elders in deze nieuwsbrief). Gedurende de laatste 6 weken van het jaar heeft Eline Wisse (3e jrs psychologe) als vrijwilliger bij L'Abri-france gewerkt. We zijn heel erg blij met de nieuwe accommodatie die we vorig jaar in gebruik genomen hebben. De jongeren hebben nu hun eigen plekje om zich lekker te kunnen terugtrekken. Het afgelopen jaar zijn diverse werkzaamheden afgerond. L'Abri heeft een eigen toegangshal en een terras gekregen. Aan het toekomstig appartement zijn nagenoeg geen werkzaamheden uitgevoerd.

Vanaf eind augustus 2015 zien we het aantal aanvragen voor begeleiding terug lopen. Deze situatie hebben we nog niet eerder meegemaakt. Voor een deel zou je dat kunnen verklaren uit het feit dat wij relatief weinig aandacht besteed hebben aan PR en naamsbekendheid. Anderzijds merken

we ook dat de veranderingen in het zorgstelsel invloed heeft op het aantal aanvragen. Door de veranderingen is financiering van begeleiding in het buitenland, middels een Persoons Gebonden Budget, niet meer mogelijk. Globaal een derde van het aantal jongeren had een dergelijke PGB financiering. Vier jongeren hebben we kunnen helpen doordat er (mede) een beroep gedaan kon worden op het steunfonds wat de Gereformeerde Gemeente aan de stichting ter beschikking heeft gesteld. Indien er geen (volledige) particuliere financiering of anderszins mogelijk is kan er een beroep op het steunfonds gedaan worden. Het blijkt dat diaconale steun voor verblijf van jongeren bij L'Abri-france best lastig is. Veel gezinnen geven aan geen beroep te willen doen op de diaconie. Anderzijds is het voor deze gezinnen ook heel veel gevraagd om langdurige





## (vervolg Terugblik)

zorg particulier te financieren, zelfs als wij gereduceerde tarieven hanteren. In de nieuwsbrief van 2014 schreven we dat het voor Truus en Joan belangrijk is dat ze tijdig "afstand nemen" en voor ontspanning zorgen. Na 5 "tropenjaren" zonder verlof hebben zij behoefte aan een periode van bezinning. Louis woont sinds eind augustus 2015 weer in Nederland en combineert werken en leren wat hem uitstekend bevalt. Sinds eind juni hebben Truus en Joan weer een kleine woning in Renswoude (seniorenwoning van de moeder van Truus), wat veel gerieflijker is dan de inmiddels verkochte stacaravan in Hoenderloo. Joan heeft meer behoefte aan privacy. Het 24 uur per dag, week in week uit met jongeren in zijn huis en aan zijn tafel gaat hem opbreken. Truus heeft aangegeven meer behoefte te hebben om bij de kinderen en kleinkinderen in de buurt te zijn. Ook wil ze meer coaching gesprekken in Nederland doen, mede om de nazorg te verbeteren.



### Gratis verblijf in Frankrijk!

Om de in deze nieuwsbrief genoemde plannen in Nederland te kunnen realiseren vragen wij oppas voor de volgende periodes:

Periode 1: Week 4, 5 en 6

Periode 2: Week 9, 10 en 11

Periode 3: Week 14 t/m 17

Deze oppas verblijft gratis in de gîte van La Montagne en houdt toezicht op het huis en verzorgt de dieren. Ondertussen geniet u van de rust en ruimte en de prachtige omgeving. Hebt u interesse? Stuur een mail naar [info@la-montagne-bourgogne.com](mailto:info@la-montagne-bourgogne.com) of bel 0634417051 voor nadere informatie en een kennismakingsgesprek met Joan en Truus.



## Vooruitblik

De persoonlijke ontwikkelingen en de hiervoor genoemde ontwikkelingen, wat de financiering en het aantal aanvragen betreft leiden als vanzelf tot een noodzakelijke herbezinning van de strategie van L'Abri-france. Mede op advies van het bestuur hebben Truus en Joan daarom besloten een periode van relatieve rust in te bouwen. Gedurende deze wintermaanden wil Truus haar opleiding counseling afronden en zal worden onderzocht of het mogelijk is om de activiteiten van L'Abri-france te verplaatsen naar Nederland. Onder de vrijwilligers zijn er een aantal zeer enthousiaste dames die staan te trappelen om ook in Nederland een initiatief als L'Abri-france te starten. Het unieke van L'Abri-france is namelijk dat er christelijke 24-uurs zorg wordt aangeboden inclusief dagbesteding. Dit unieke zouden wij willen behouden. Aan de missie van L'Abri-france moet niet getornd worden. Met de huidige stand van zaken is de planning dat L'Abri-france in Tournus na de wintermaanden open is voor hen die geen begeleiding nodig hebben, maar er gewoon even tussenuit willen. Een soort retraite centrum of pension waar plaats is voor een goed gesprek. Of en in hoeverre de locatie van L'Abri-france Tournus in de toekomst een rol blijft spelen, is op dit moment nog niet bekend. La Montagne Chambres d'Hôtes zal buiten de wintermaanden om open blijven, omdat Joan en Truus een vorm van inkomen nodig hebben. Het zal in de praktijk erop neerkomen dat ze regelmatig op en neer reizen.



## Ervaringsverslag (meisje, 17)

Hallo, ik ben een meisje van 17 jaar. Ik heb 8,5 weken bij L'Abri-france gezeten. De reden van mijn verblijf bij L'Abri-france is om rust in mijn hoofd te krijgen. Thuis had ik te veel prikkels en ging het leven maar door en door. Hier bij L'Abri-france heb en krijg je veel rust. Je leert jezelf kennen, even afgezonderd van de wereld, van de mensen die aan je trekken en dingen van je verwachten. Wat heel fijn is dat je continu begeleiding krijgt. Niet alleen 1 of 2x per week een gesprek maar de hele dag door word je geholpen en krijg je heel veel liefde. Dat is heel fijn, maar ook belangrijk, hier en in dit leven. Wat ook heel mooi en fijn is dat je hier op God gewezen wordt. Hier zie je hoe God voor je zorgt en dat je tienduizend redenen tot dankbaarheid hebt. Thuis ga je maar door met je eigen drukke leven en hier wordt dat soort van leven even op stop gezet. Je bouwt een sterke rots op om mee te nemen naar huis. Truus en Joan waren hier voor mij als ouders. Ze geven je veel liefde. Je bent ver weg van huis, maar toch voelde ik me hier bij L'Abri-france ook echt thuis. Heb je rust nodig of last van psychische problemen dan raad ik je aan om hier heen te komen. Je komt dichtbij jezelf en dichtbij God en dat laatste is toch het belangrijkste! Als je God heb, dan heb je alles!

## Vrijwilligers

Ook dit jaar hebben weer veel vrijwilligers hun bijdrage geleverd. Het was steeds weer erg gezellig met elkaar. Heel hartelijk dank voor al jullie inzet bij alle activiteiten in de B&B, op het terrein, met de dieren en bij het klussen.

## WIL JIJ VRIJWILLIGERSWERK DOEN?

Wij zijn voor 2016 op zoek naar hulp in de B&B gedurende de zomerperiode, vanaf medio juni t/m eind augustus.

Leeftijd: 18+

Vrijwilligers werken voor kost en inwoning op basis van een overeenkomst waarin afspraken worden vastgelegd. Met vrijwilligerswerk bij La Montagne steunt u ons project. Neem voor informatie of profielschets contact op met de familie Koster via: [info@labri-france.com](mailto:info@labri-france.com)



## Ervaringsverslag (meisje, ± 25)

Frankrijk is altijd al mijn favoriete land geweest, maar dat er zó'n prachtig stukje Frankrijk bestaat wist ik tot voor afgelopen zomer niet. Na aanmelding mocht ik tien weken genieten, vallen en opstaan, leren en afleren, leren vertrouwen en zoveel meer! Achteraf bekeken mag ik zien dat God me op deze plek en bij deze bijzondere mensen heeft gebracht. Dat is ook waardoor het zo'n geslaagd verblijf is geworden. In tien weken mocht ik meer bereiken met Jezus en Zijn volgelingen dan in elf jaar bij de reguliere hulpverlening. Alleen al je dag beginnen met samen zingen en bidden geeft zoveel meer moed en kracht voor je dag. En als je dan je takenlijstje mag starten met het begroeten en voeren van vier geweldig ondeugende geiten is natuurlijk helemaal super! De paarden zijn ook heel blij als je even langskomt, zeker als er niet meer zoveel eetbaars in de wei staat. Dan een stevig gesprek met Truus. Ik heb sowieso geleerd dat ik zonder Jezus nergens kom. Maar bijvoorbeeld ook dat openheid heel belangrijk is, ook al denk je dat niemand op jouw verhaaltje zit te wachten. Deze plek brengt zoveel liefde, wijsheid, lol, goedheid en alles wat goed voor je is, dat het niet anders kan of je komt er gezegend en een stuk gezonder vandaan!

## Bestuurswisseling

De afgelopen 5 jaar heeft Martin Hommersom, die vanaf het begin aan Stichting L'Abri-france verbonden was, besloten om zijn rol als voorzitter over te dragen. Deze keuze kwam voort uit de combinatie van een eigen bedrijf en diverse neven-taken waarmee hij zijn rol als voorzitter steeds lastiger kon combineren. Martin heeft de afgelopen jaren zijn rol vanuit een warme betrokken houding en op een bijzonder evenwichtige wijze waargenomen waarvoor wij hem zeer erkentelijk zijn. Gelukkig heeft hij aangeboden om daar waar nodig nog als bestuursadviseur van achter de schermen op te treden. Hierdoor raken wij hem niet helemaal uit het oog. Naast God danken wij Martin voor de energie die hij in onze stichting heeft gestoken en wensen hem alle goeds voor de toekomst. Binnen het bestuur heeft Leni Hoo-gendoorn de rol van voorzitter gekregen en is Wim Verhoeks toegetreden als nieuwe penningmeester. In deze nieuwe samenstelling blijft het bestuur ook in 2016 de belangen van de stichting behartigen en kunt u op ons rekenen.

## Cliëntenstatistiek L'Abri-france

categorie leeftijd	2013			2014			2015		
	aantal pers.	aantal overn.	gemiddeld	aantal pers.	aantal overn.	gemiddeld	aantal pers.	aantal overn.	gemiddeld
1 meisje 16-25	6	166	28	10	539	54	7	466	67
2 jongen 16-25	2	44	0	4	119	30	2	66	33
3 vrouw > 25	3	40	13	6	188	31	4	253	63
4 man > 25	5	171	34	3	159	53	1	84	84
	16	421	26	23	1005	44	14	869	62
indicatie	aantal pers.	aantal achtergrond		aantal pers.	aantal achtergrond		aantal pers.	aantal achtergrond	
autisme	3	6	gkv	4%	3	gkv	0%		
identiteitsproblemen	1	8	pkn	4%	3	pkn	14%		
time-out	6	1	hhk	26%	5	hhk	29%		
depressiviteit	3	1	cgk	13%	3	cgk	14%		
relatieproblemen	3	7	gg	30%	0	gg	21%		
rouwverwerking	-	-	ggin	22%	-	ggin + og	21%		
	16	23		100%	14		100%		

### Toelichting:

In 2015 is er aan 14 gasten hulp geboden. De afname is gerealiseerd vanaf september 2015. Hoewel de gemiddeld aantal overnachtingen per gast steeg, daalde het totaal aantal overnachtingen. Onder de indicatie "Time-out" zijn ook de cliënten met een diversiteit aan psychische klachten verantwoord. Het percentage achter de kerkelijke achtergrond heeft geen enkele relatie met in hetzelfde schema opgenomen aantal personen per indicatie.



## Ervaringsverslag (vrouw, ± 35)

Uitgeput kwam ik van de zomer aan bij L'Abri-france. Vastgelopen met mezelf en in mijn werk. Lichamelijk, psychisch en geestelijk zat ik in de knoop. Anderen hadden mij overtuigd dat ik een time-out moest nemen. En hoewel ik dat zelf met mijn verstand ook wist, bleef mijn gevoel echter mijlenver achter.

De eerste weken waren zwaar. Ik was boos, zat vol weerstand en stond nergens voor open. Daarbij kwam de "diagnose" in de eerste week: autistische trekken. De confrontatie met mezelf die daarna volgde. Keihard liep ik tegen mijn eigen grenzen aan. Puzzelstukjes vielen op zijn plek. Mijn wereld stond op zijn kop. Verplichte rustmomenten gaven geen rust. Dagbesteding en corvee waren verplichte taken. En bij dit alles leek God oneindig ver weg.

Langzaam kwam er een omkering. Waardoor kan ik niet zeggen. Lichamelijk nam de moeheid af door de verplichte rust. Ik werd rustiger in mijn hoofd, voelde mezelf met al mijn tekortkomingen geaccepteerd. Ik mocht er zijn, zoals ik ben. Ik voelde liefde voor mij, niet om wat ik deed, maar om wie ik ben. Ik kwam meer open te staan voor gesprekken, durfde me kwetsbaar op te stellen. Dagbesteding en corvee gaven de structuur die ik nodig had. Ik kon mijn hoofd daardoor leeg maken. Steeds meer zag ik Gods Hand in het dagelijks leven in Frankrijk en Zijn leiding in mijn leven. Soms in de kleine dingen. Mijn werk riep mij na een aantal weken weer naar Nederland. Het deed pijn om te vertrekken. En hoewel ik dat aan het begin nooit had gedacht, moest ik nu zeggen, deze weken waren te kort. Na een aantal weken werken ben ik nog een keer terug geweest, om weer even op te laden. Het voelde als thuis komen. En ondanks dat er nog een lange weg voor me ligt, en ik nog steeds worstel met mezelf, zijn in Frankrijk wel de eerste stappen gezet voor mijn genezingsproces.

L'Abri, een schuilplaats om tot rust te komen. Lichamelijk, psychisch, geestelijk. Een schuilplaats, waar de weg gewezen wordt op God, Die erbij is, in je beproevingen en zorgen, zodat je uiteindelijk kunt zingen:

**IK RUST IN U ALLEEN.**



## Ervaringen op een werkervaringsplaats van een psychologe

Na een paar weken van voorbereiden ging ik op 2 mei op weg naar Tournus. Benieuwt, wat me te wachten stond op de werkervaringsplek bij L'Abri-france. Tsja, waar moet ik beginnen met vertellen over de ervaringen van de afgelopen acht maanden?

Ik voelde me al snel thuis in het L'Abri-gezin bij Truus, Joan en Louis. Ik heb veel bewondering gekregen voor hen, dat ze uit liefde voor God zoveel jongeren een thuis bieden en daarmee veel van hun privacy opgeven.

Het werk bij L'Abri-france was wel wat anders dan de computer-baan die ik hiervoor had! Heerlijk vond ik het om (buiten) aan de slag te gaan met de jongeren. De kracht van dit project zit o.a. in dat je de jongeren de hele dag om je heen hebt en op deze manier veel van hen ziet en hoort. En juist tijdens het samen bezig zijn ontstonden vaak de mooiste gesprekken. We hebben een heerlijke warme zomer gehad, waarin we veel buiten hebben kunnen werken. Als stadsmisje heb ik veel geleerd, bijvoorbeeld dat je de stal niet moet uitmesten met een bladerhark. ;-)

Ik heb verdrietige en heftige verhalen gehoord. Maar ook heb ik ontzettend veel mooie dingen zien gebeuren bij L'Abri-france: jongeren die opknapt van een paar maanden verblijf in Frankrijk en jongeren die in zijn gaan zien dat hun leven zonder God heel leeg is. Naast het werk was er ook nog genoeg tijd voor ontspanning: uitjes naar Lyon, Chalon, zwemmen, en brommer rijden en vissen met Louis. Ik heb genoten van de gezelligheid van de zomermaanden!

De laatste paar maanden heb ik meer verantwoordelijkheden gekregen, omdat Joan en Truus regelmatig in Nederland waren. Bedankt dat jullie me dit grote vertrouwen hebben gegeven!

Op het gebied van werk heb ik hier geleerd dat je als hulpverlener alleen geen mensen kunt genezen. Maar je kunt ze wel wijzen op Jezus, de grote Genezer. Alleen in afhankelijkheid van God kun je je werk doen. Persoonlijk heb ik in Frankrijk op God leren vertrouwen, door juist alles los te laten (werk, familie, vrienden). En God is zo trouw, dat Hij tot in de details voor me heeft gezorgd.

Ik heb geen spijt gehad van de keus om naar Frankrijk te gaan: ik ben erdoor gevormd en heb van elke dag genoten!

*Willemijn Verduyn*





Joan en Truus Koster  
Chemin de Crêtes 777  
71700 Tournus  
Frankrijk  
Tel.: 0033 385 517202  
Mobiel: 0033 637645399  
info@la-montagne-bourgogne.com  
www.la-montagne-bourgogne.com



Stichting L'Abri-france  
Krimpen a/d IJssel  
KvK: 30280740  
info@labri-france.com  
www.labri-france.com

 facebook.com/LAbrifrance

#### Bestuur:

Mevr. L. Hoogendoorn, voorzitter  
Dhr. W. Verhoeks, penningmeester  
Dhr. B.N. de Jongh, secretaris  
Mevr. G.M. Koster-van Vulpen, lid

De stichting is ANBI erkend, waardoor giften fiscaal aftrekbaar zijn. Deze zijn welkom op rekeningnummer NL 62 RABO 0157318001 t.n.v. Stichting L'Abri-france.

Redactie: Erik Knibbe

### Wij vragen gebed voor:

- Gods onmisbare leiding en zegen bij de uitwerking van de plannen voor een nieuw initiatief van L'Abri-france in Nederland.
- Meedenkers en –werkers in dit proces;
- Een locatie voor L'Abri-france in midden Nederland, omgeving Renswoude;
- Een gezegende bezinningsperiode voor Truus en Joan.

### Wij danken voor:

- Het feit dat we zoveel jongeren hebben mogen helpen;
- De ontvangst van: het vele vrijwilligerswerk, de bemoedigingen, de giften, etc. om ons werk mogelijk te maken;
- Dat Louis het zo goed naar zijn zin heeft in Nederlanden en een mooie woonruimte heeft.
- Alle dagelijkse zegeningen zoals: eten drinken, warmte, een dak, gezondheid, vrijheid en alles wat zo gewoon lijkt.

### Gezegende kerstdagen en gelukkig nieuwjaar!

Op deze plaats wensen wij alle familieleden, vrienden en bekenden, bestuursleden, sponsors, vrijwilligers en gasten hele gezegende kerstdagen en een voorspoedig 2016!

Joan en Truus Koster

### Van de (nieuwe!) voorzitter

Het afgelopen jaar heeft Stichting L'Abri-france in het teken gestaan van stabilisatie. Na de enorme groei van de afgelopen jaren en de intensieve verbouwingsperiode, hebben Joan en Truus besloten een periode van relatieve rust te nemen die we hen als bestuur van harte gunnen. In 2015 hebben we verschillende deelnemers op kunnen vangen in het nieuwe woon- en slaapgedeelte en vonden jongeren heling en herstel. We zijn als bestuur dankbaar voor de activiteiten die we als stichting dit jaar hebben kunnen bieden binnen onze doelstellingen. Ook in de toekomst zullen we blijven zoeken naar financieringsvormen om dit mooie project – eventueel onder leiding van andere hulpverleners – voort te zetten. We geloven en bidden hierin om Gods leiding en vragen ook uw blijvende gebed en eventuele giften voor onze stichting. Afgezien van alle zorgen voor de toekomst, die overigens ook vrijwel elke zorgorganisatie in Nederland kent, zijn we dankbaar voor uw betrokkenheid in het afgelopen jaar. We hopen onze activiteiten in het tweede halfjaar van 2016 weer verder te gaan ontplooiën en wensen u Gods zegen toe op het kerstfeest en voor in het nieuwe jaar.

Namens het bestuur,  
*Leni Hoogendoorn, voorzitter*

