



Het werk gaat door

Een quickscan voor je huwelijk? Huwelijkswandelingen en een relatie- en gezinstaxatie? Het klinkt allemaal net even anders, maar het gaat ten diepste om dat wat De Vluchtheuvel altijd heeft gedaan: zich inzetten voor het (christelijk) huwelijk en gezin. Daarbij beseffen we steeds sterker dat ons werk ten diepste deel uitmaakt van een geestelijke strijd. Denk alleen maar aan de toename van echtscheiding binnen reformatorische kerken. Of aan de huiveringwekkend hoge percentages van pornogebruik onder reformatorische jongens. Zo zou er veel meer te noemen zijn.

Ik beschouw het als een voorrecht dat ik me 35 jaar voor De Vluchtheuvel mocht inzetten. Maar per 1 juli stop ik als directeur-bestuurder en geef ik het stokje door aan mijn opvolger Marian Ruitenberg. U gaat vast meer van haar horen. We wensen haar nu al van harte Gods zegen toe.

Terugkijkend op 35 jaar werken bij De Vluchtheuvel overheerst dankbaarheid voor wat de HEERE heeft gegeven. De Vluchtheuvel groeide in de breedte en in de diepte. Mede dankzij de inzet van de vele enthousiaste en betrokken medewerkers. Ook dankzij een zeer betrokken kerkelijke achterban. Daar hoort u ook bij! Hierdoor konden duizenden en nog eens duizenden mensen geholpen worden: echtparen vastgelopen in hun huwelijk, volwassenen met depressieve klachten, jongeren die geen weg meer zien, enzovoorts.

We kunnen in deze geestelijke strijd 'de wapens nog niet neerleggen'. Het werk moet en mag doorgaan. Wat er ook verandert: Jezus Christus is gisteren en heden Dezelfde. Daarom is er perspectief. In afhankelijkheid van Jehova Jire; de HEERE voorziet. Zijn Naam alle eer!

*H. van Groningen,
directeur-bestuurder*

E-mailnieuwsbrief

schrijf u nu in!



De nieuwsbrief van De Vluchtheuvel verschijnt ook digitaal. Wilt u hem in het vervolg per e-mail ontvangen? Schrijf u in op www.stichtingdevluchtheuvel.nl/#newsletter.

Symposium 'Koers houden' Afscheid H. van Groningen

Dhr. H. (Rik) van Groningen neemt na 35 jaar afscheid als directeur-bestuurder van De Vluchtheuvel. Mevr. M. (Marian) Ruitenberg (56) is per 1 juli benoemd tot bestuurder van Stichting De Vluchtheuvel. Marian heeft verschillende leidinggevende functies binnen het onderwijs gehad en is de laatste 12 jaar werkzaam geweest als manager bij Driestar Educatief.



Ter gelegenheid van het afscheid van dhr. Van Groningen organiseren wij een symposium met het thema 'Koers houden'. Er worden lezingen gehouden door dr. Bart-Jan Spruijt (Verleden), door Erik-Jan Verbruggen (Heden) en door prof. dr. Johan Polder (Toekomst). Muzikale intermez-zo's worden verzorgd door ds. G.J. Baan.

Het symposium wordt gehouden op DV 2 juli van 15.30 tot 17.30 uur in het kerkgebouw van de Ger. Gem. te Gouda. U kunt het symposium volgen via de livestream op de website: <https://gergemgouda.nl/kerkdienst>.

Colofon

Hoofdkantoor

Beatrixlaan 15, 4461 PM Goes
telefoon: (0113) 21 30 98
e-mail: info@stichtingdevluchtheuvel.nl
www.stichtingdevluchtheuvel.nl

Bankrekening

IBAN: NL85 INGB 0004 3255 63
t.n.v. Stichting Hulpverlening
De Vluchtheuvel te Woerden

Verantwoording

Verschijnt tweemaal per jaar.
Doelgroep: donateurs, externe contacten, kerkenraden
en belangstellenden.

Het vragen van hulp of advies kan telefonisch tijdens kantooruren op werkdagen: (0113) 21 30 98 of ga naar www.stichtingdevluchtheuvel.nl/aanmelden-voor-hulp



De Vluchtheuvel

Wij hebben elkaar weer gevonden

Wilco en Elise over de relatiescan

Wilco en Elise leerden elkaar kennen op het werk. Tijdens een personeelsbijeenkomst raakten ze aan de praat. "Ik vond Elise meteen leuk en spontaan," vertelt Wilco. Elise herinnert zich van hun eerste ontmoeting dat ze zich meteen op haar gemak voelde bij Wilco. Ze zoeken elkaar vaker op, krijgen verkering en zijn inmiddels een aantal jaren getrouwd. Tot hun spijt zijn ze elkaar 'kwijtgeraakt'. Daarom doen ze bij De Vluchtheuvel een relatiescan.

"Na onze eerste ontmoeting kwamen we elkaar – niet helemaal toevallig – vaker tegen op het werk. We zochten elkaar op en spraken ook buiten werktijd met elkaar af." Elise krijgt lichtjes in haar ogen als ze over deze periode vertelt. "Tijdens onze strandwandelingen kregen we steeds serieuzere gesprekken over het geloof, over de gezinnen waar we uit komen, over onze toekomstdromen." Wilco vindt bij Elise een open hart en een luisterend oor voor zijn verhalen over de moeilijke jeugd die achter hem ligt. Elise geniet van de humor waarmee Wilco ondanks alles in het leven staat. Ook bij Wilco slaat de vonk over. Ze krijgen verkering.

Samen verder

Wilco stelt Elise thuis voor. Zij wordt daar niet met open armen ontvangen. In Elises gezin wordt positief op Wilco gereageerd. De band tussen Wilco en Elise wordt steeds hechter. Ondanks de koele ontvangst bij Wilco thuis weten ze zeker: "Wij willen samen door het leven, samen een gezin stichten en samen oud worden." Na drie jaar geven ze elkaar het 'ja'-woord.

Verbinding

Na een zonnige huwelijksreis vinden Wilco en Elise samen hun ritme in het leven. Wilco werkt fulltime. Als ze kinderen krijgen, gaat Elise minder werken. "We hebben nu drie kinderen: Sven is 7, Rosa is 5 en Meike is onze peuterpuber." Bij Wilco roept het opvoeden van jonge kinderen veel moeilijke herinneringen op. Elise wordt opgeslokt door het werk en de zorg voor het gezin. Wilco: "Ik vind bij Elise niet meer dat luiserende oor voor wat me bezighoudt. Dat maakt me kribbig richting Elise en de kinderen." Elise mist bij Wilco de humor waarmee hij alles net een beetje lichter maakte. "Het sprankelende van de eerste tijd zijn we helemaal kwijtgeraakt. We missen de verbinding van hart tot hart." Wilco en Elise kloppen bij De Vluchtheuvel aan met de vraag wat wij voor hen kunnen betekenen.

Relatiescan

"Zij adviseerden ons de relatiescan. Met deze scan werd gekeken naar onze gedachten, gevoelens en zorgen over onze relatie in het verleden, nu en later en naar hoeveel vertrouwen, steun en diepgang we nog bij elkaar ervaren. In een gesprek met een hulpverlener werden met behulp van de uitkomsten een aantal punten aangedragen die ons kunnen helpen de verbinding met elkaar weer te maken." Wilco en Elise: "Wij hebben dit als heel prettig ervaren. Er was niet direct relatie-therapie nodig, maar even iemand die met je meekijkt en het gesprek met elkaar weer op gang helpt. Wij hebben elkaar hierdoor weer gevonden!"



Nieuwe huwelijkspagina:

www.relaties.stichtingdevluchtheuvel.nl

Vanaf 1 juni heeft de website van De Vluchtheuvel een nieuwe huwelijkspagina. De jarenlange kennis en ervaring van De Vluchtheuvel op het gebied van *huwelijk en relaties* wordt hier overzichtelijk aangeboden. Het gaat om gebruikte methoden in de relatiehulpverlening, maar ook om relatie-onderhoud. Het is namelijk voor iedereen die getrouwd is belangrijk om te blijven investeren in een goede huwelijksband. Er komt immers veel af op huwelijken in onze tijd.

QuickScan

Klik je door naar de nieuwe huwelijkspagina - dit kan via de homepage van De Vluchtheuvel of via www.relaties.stichtingdevluchtheuvel.nl – dan kom je terecht bij een **korte QuickScan**. In twintig vragen wordt je relatie onder de loep genomen en na de laatste vraag krijg je automatisch de uitslag te zien. Daar wordt een passend advies bij gegeven. Een gratis en snelle manier om te bepalen of jullie huwelijk misschien wat onderhoud kan gebruiken.



Relatietherapie

Die onderhoudsproducten zijn volop te vinden op de pagina. Uiteraard zijn er de standaard hulpverleningstrajecten die we bij De Vluchtheuvel bieden. U vindt meer informatie over de **verschillende benaderingswijzen** die gebruikt worden in onze **relatietherapie**, namelijk de contextuele hulpverlening, Emotionally Focused Couple Therapy, systeemtherapie en de seksuologische hulpverlening.

Onderhoud

Maar we willen onze kennis en ervaring ook nadrukkelijk preventief inzetten. Het is namelijk van het grootste belang om je huwelijk te onderhouden. Of zoals het op de website staat geformuleerd: *Koop een mooie auto en je zult hem zeker goed onderhouden. Je bent er trots op en het komt je duurt te staan als je kleine gebreken niet op tijd verhelpt. Ons huwelijk, een prachtig geschenk, heeft ook onderhoud nodig. Gebrek aan investering en het niet verhelpen van mankementen gaat je opbreken. Wél investeren en je verdiepen in elkaar geeft juist een stevige band en een gelukkig huwelijk. Ga de uitdaging aan en ga voor een onderhoudsbeurt van je huwelijk met één van onze producten.*

Welke onderhoudsproducten zijn er te vinden? Allereerst verschillende **boeken en artikelen**, maar er zijn ook korte **videopodcasts** opgenomen door diverse collega's. Je komt



Jongeren in actie tegen gameverslaving

In december 2020 startte de JBG de jeugdwerkactie 'Zorg voor morgen'. Met een deel van de opbrengst van de actie gaat De Vluchtheuvel een reformatoerisch hulpaanbod voor jongeren met een gameverslaving opzetten. Ook werkt De Vluchtheuvel eraan dat jongeren, ouders en andere opvoeders zich bewust worden van de invloed van games.



zo meer te weten over geestelijke strijd in het huwelijk, communicatiepatronen, seksualiteit en gezinsvorming, maar ook een aantal therapievormen wordt praktisch gemaakt.

Houd me vast-cursus

Al langer wordt de **Houd me vast**-cursus gegeven. Met de **digitale versie** kun je samen vanuit huis werken aan meer verbinding in je relatie middels lessen met leeswerk, filmpjes en opdrachten. De cursus is nu in deze digitale omgeving ondergebracht.

Relatiescan

Nieuw is de **uitgebreide relatiescan** (zie ook het verhaal van Wilco en Elise op de voorpagina) een soort röntgenfoto die je kunt laten maken van je relatie. Hoe staat het er voor bij jullie als het gaat om steun en vertrouwen, om conflicten en diepgang? Je krijgt een uitgebreid verslag na het maken van deze scan en we bieden aan om hierbij een adviserend en verduidelijkend gesprek aan te gaan met één van onze hulpverleners. Je leert zo als echtpaar waar de sterke en zwakke punten in je huwelijk te vinden zijn.

Marriageworkshop

We geven al ruim twintig jaar huwelijkstoerusting in kerkelijke gemeenten. Tot nu toe was het echter niet mogelijk om je als echtpaar ergens in te schrijven. Nu hebben we een mooie samenwerking gevonden met www.hartelijkverbonden.nl. Via onze pagina kun je doorklikken naar de **marriageworkshop**. Deze actieve en leerzame dag, voor een groot deel in de buitenlucht, zal ook door onze collega's verzorgd gaan worden. Het is een creatief concept, waarbij je tijdens een goed verzorgd programma als echtpaar samen in gesprek raakt aan de hand van beschikbare kennis over relaties.

Relatie- en gezinstaxatie

Op de pagina wordt ook gewezen op een tweetal producten, die los verkrijgbaar zijn, maar ook heel goed passen binnen een hulpverleningstraject. Met de **relatie- en gezinstaxatie** hebben we een instrument in handen om complexere problematiek te duiden. De aanvraag kan worden gedaan door ouders of gezinsleden zelf, maar ook door bijvoorbeeld ambtsdragers of wijkteammedewerkers. Je kunt de afgebakende hulpvraag stellen: wat is er aan de hand binnen dit huwelijk/gezin en wat is er nodig qua hulpverlening. In drie gesprekken worden de krachten en kwetsbaarheden bekeken en hier wordt een advies aan gekoppeld.

Verder na vreemdgaan

Het programma **SAMEN** is een online hulpverleningsprogramma voor stellen die met vreemdgaan (in de breedste zin van het woord) te maken hebben gekregen. Het helpt om stap voor stap te gaan werken aan herstel van de relatie. De vijf letters van SAMEN staan voor de vijf modules Stilstaan, Amputeren, Meeleven, Evalueren, Naweeën. Je kunt deze als stel gewoon thuis kunt doorwerken, maar raden als De Vluchtheuvel aan om dit programma te gebruiken binnen een traject van hulpverlening.

Eelco Weerheim, teammanager van De Vluchtheuvel, vertelt dat reformatorische jongeren gemiddeld 9 uur per week gamen. Over het algemeen zien ouders en jongeren dat nog niet als een probleem "Maar er zijn uitschieters: jongeren die 20 uur of meer per week FortNite, MineCraft of andere online spellen spelen. We spreken over verslaving als het gamen andere dingen in de weg gaat zitten. Als jongeren 'in het echte leven' bijna geen vrienden meer ontmoeten en schoolprestaties eronder lijden. De gezondheid van deze jongeren gaat achteruit: ze komen weinig in beweging, eten niet meer gezond, verzorgen zichzelf niet of nauwelijks." Naar deze jongeren en hun ouders of andere opvoeders gaat de opbrengst van de jeugdwerkactie.

Door de jarenlange ervaring met hulp aan seksverslaafde mannen en vrouwen heeft De Vluchtheuvel de kennis en des-

kundigheid om deze jongeren te behandelen al in huis. Medewerkers zullen de komende tijd extra opgeleid worden over gameverslaving. De Vluchtheuvel gaat zich ook sterk maken voor het voorkomen van deze vorm van verslaving. Dat zal vooral gebeuren door het informeren en voorlichten ouders en andere opvoeders tijdens lezingen, cursussen en trainingen.

Samen in actie voor jongeren, steun via www.zorgvoormorgen.nu

**ZORG VOOR
MORGEN!**
samen in actie voor jongeren