

“Noflik”, gezond en veilig kunnen wonen is het streven,

waarbij het doel altijd is de client (weer) intrinsiek gemotiveerd te krijgen en (weer) grip te leren krijgen en te houden op de leefomgeving en het eigen leven. Een ander doel kan zijn om de leefomgeving zodanig te verbeteren dat uitzetting en woningontzuiming voorkomen kan worden.

Hoe dan ook, het gaat om meer dan opruimen alleen. Maatwerk is de sleutel, er is geen mens en situatie gelijk. Ik werk op een manier die past bij de client, want ook de oplossingen om handiger en gestructureerder te leren werken moeten passen bij de persoonlijkheid van de client als je wilt dat de veranderingen beklijven. Dit doe ik door een breed scala aan wetenschappelijke en evidence-based toepassingen en psycho-educatie in te zetten naar gelang de situatie en de persoon van de client.



Met meer structuur in het leven, het huishouden en de dagelijkse gang van zaken krijg je als vanzelf meer zelfredzaamheid en een betere kwaliteit van leven.

Naar mijn mening kan professional organizing een significante bijdrage leveren om de druk op de (geestelijke) gezondheidszorg te helpen verlagen.

Voor wie?

Professional organizing en opruim coaching is geschikt voor iedereen die moeilijkheden ervaart met chaos, “rommel”, chronische desorganisatie en aandoeningen met of zonder diagnose.

Wat levert het op?

- Een verbeterd gevoel van bekwaamheid en controle
- Meer grip op het huishouden en het leven
- Verbeterde leefbaarheid en comfort van de woning
- Positieve verandering van de sfeer en harmonie binnen het gezin
- Een verbeterd sociaal leven
- Verminderde mentale belasting en stress
- Verbeterd zelfbeeld en versterkt gevoel van eigenwaarde
- Verbetering van het algehele welzijn

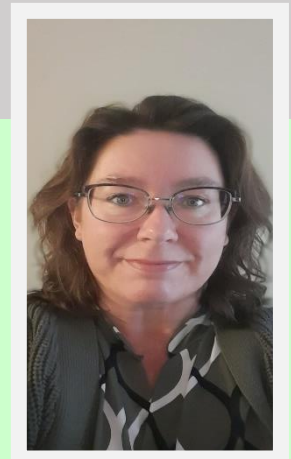
KVK nr. 90319354

BTW id. NL004806776 b22

Een professional organizer speelt een grote rol in het bevorderen van gezondheid en welzijn.

Daar ben ik van overtuigd.

Mijn naam is Hennie Riemersma Visser, professional organizer/opruimcoach bij Opgeruimd. Door professionele individuele begeleiding en ondersteuning help ik structuur en orde (terug) te krijgen in leefomgeving; dagelijkse gang van zaken; administratie en budgetbeheer om mensen (weer) zoveel mogelijk grip te leren krijgen op het eigen leven.



Een ongeorganiseerd huishouden heeft in veel gevallen aanzienlijke gevolgen op het dagelijkse functioneren. Uit diverse onderzoeken komt naar voren uit dat rommelige omgevingen niet alleen gekoppeld zijn aan een verslechtering van de mentale gezondheid -zoals bijvoorbeeld depressie en angststoornissen- maar ook aan een significante afname van de fysieke gezondheid en het algehele welzijn.

Om zo goed mogelijk te functioneren spelen goed ontwikkelde executieve functies een onmisbare rol. Deze moeten goed zijn ontwikkeld om (alle) gedrag te starten, veranderen of te stoppen. Beter uitgelegd: deze maken dat je rationele beslissingen kunt nemen; je impulsen kunt beheersen en je kunt focussen op wat belangrijk is en hierop een plan kunt baseren maar ook in staat bent om deze aan te passen als dit nodig is.

Voor veel cliënten van professional organizers is het eerder regel dan uitzondering om op dagelijkse basis oorlog te voeren met zichzelf. Het geeft zoveel stress omdat ze dingen echt wel willen doen maar dat dit gewoonweg niet gaat. Vaak wordt het door de omgeving ook nog gezien als luiheid of onverschilligheid terwijl hier absoluut geen sprake van is.



Opgeruimd

Professional organizer

Contact



06 19645244



www.opgeruimd.frl



mail@opgeruimd.frl