

de stem van de familie

VERANDEREN

**IK ZIE HET LIEVER
ALS MEEBEWEGEN**

de
vader
van *Loesje*

Jaargang 21
Nummer 8
oktober 2023



GGNet

INHOUD



BIJ DIT NUMMER

- Verandering

3

NIEUWS VAN GGNET

- Voorstelling 'Golven zo Hoog' van Maarten van Veen, 23 november
- Aanleveren gegevens aan Nederlandse Zorgautoriteit
- GGNet en Graafschap College samen tegen schooluitval
- Resultaten traumabehandeling bij anorexia nervosa patiënten met ernstig ondergewicht hoopvol
- Het Sport- en Beweegpark opent in september

4

6

7

8

9

SPREUK

10

BOEKENRUBRIEK

- Alles goed? In gesprek over depressie, door Marianne Lamers e.a.
- Doorbreek de cirkel, door Miloe van Beek
- Jules, door Julia van Baaren
- Hoe ik acht jaar gevangenschap overleefde, door Natascha Kampusch

11

12

13

14

ALGEMEEN NIEUWS

- "Als je mensen enkel medisch indeelt, lopen ze vast", interview met Floortje Scheepers
- Gestreste jeugd

16

19

AGENDA

- Dienst Geestelijke Verzorging

20

VASTE ACTIVITEITEN

21

FAMILIERAAD GGNET

23

Bron van de voorpagina: www.loesje.nl

De Familieraad van GGNet wil een stem geven aan de familieleden en andere direct betrokkenen van patiënten van GGNet. Uitgangspunt hierbij is dat zij deel uitmaken van de leefomgeving van patiënten en een wezenlijke rol (kunnen) spelen in hun herstel. Wij streven daarom naar een actieve en vanzelfsprekende betrokkenheid van familie bij de behandeling en begeleiding van patiënten. Als pleitbezorger van de versterking van familiebetrokkenheid binnen GGNet willen wij vooral laten zien dat samenwerking tussen de patiënt, de familie en ook de hulpverlener (de Triade) ten goede komt.

Colofon

*De nieuwsbrief is een uitgave van de Familieraad GGNet.
Redactie: Guus Wiegerinck, Aleike Wisselink, Donald Wever,
en Ineke Esselink*

Opmaak en Druk: Drukkerij Poelen

*Adres: Familieraad GGNet
Postbus 2003
7230 GC WARNSVELD*

Telefoon: 088 9333150

E-mail: familieraad@ggnet.nl



Verandering

Laat ik maar meteen met de deur in huis vallen. Vorig jaar bestond De Stem van de Familie 20 jaar, nu lichten wij alvast een tipje van de sluier op over de veranderingen die er na de jaarwisseling aankomen. Kortom: De Stem is in de overgang, ze zal een gedaanteverwisseling ondergaan. In plaats van een papieren blad zal De Stem in digitale vorm verder gaan. Hoe dat precies vorm zal gaan krijgen, daarover zullen wij de lezers in de komende tijd inlichten. Er zijn met name twee redenen voor deze gedaanteverwisseling. Eén is dat wij op de nieuwe manier gemakkelijker kunnen inspelen op wat er speelt. Met een papieren versie lopen wij altijd ruim een maand achter op de actualiteit en dat vinden we soms onhandig. De tweede reden is nogal grofstoffelijk, namelijk geld. Ons blad wordt bekostigd door GGNet en zoals u weet: in zorgland is er altijd tekort. Dus moet er bezuinigd worden en De Stem is een van de posten waar dat ook gaat gebeuren.

Wij als redactie vinden het natuurlijk jammer dat ons mooie blad over een paar maanden niet meer bij u in de brievenbus valt. Ja, het is gewoon een mooi blad! Dat zeggen andere familieraden in den lande ook, maar dat mooie blad raken we dus kwijt. Maar ... de uitstraling en de lay-out willen we behouden.

Ongetwijfeld zullen er lezers zijn die afhaken omdat ze niet graag een artikel lezen dat op een computerscherm staat. Dat leest gewoon minder gemakkelijk dan op papier, dat is een feit. Daar tegenover staat dat we - hopelijk - een breder publiek bereiken dan nu. Verspreiden via digitale kanalen gaat nu eenmaal gemakkelijker en sneller - met één druk op de knop - dan via in-vele-enveloppen-en-op-de-post-doen. Elk voordeel hept nu eenmaal een nadeel, aan elke medaille zitten twee kanten, een dubbeltje kun je maar één keer uitgeven. En geluksdubbeltjes, helaas, die hebben we niet.

Eigenlijk was het een bekend refrein dat ik las toen ik op maandagochtend 14 augustus de krant uit de brievenbus trok. "Paniek in de zorg: het geld raakt op" luidde de kop op de voorpagina, "paniek in de directiekamers van zorginstellingen van ouderen en gehandicapten", zo ging de tekst verder. Want de coronasteun is weggefallen, de lonen van het personeel zijn verhoogd, het ministerie verlaagt het budget voor cliënten, de verzekeringen vergoeden minder dan de zorg kost en door het tekort aan eigen personeel moeten er dure ZZP'ers worden ingehuurd.

En de zorg kan natuurlijk niet zomaar worden ingekrompen, de ouderen en gehandicapten hebben immers recht op menswaardige en betekenisvolle zorg. Nu ging dit bericht over zorg voor ouderen en gehandicapten, het zou mij niet verbazen als dit ook voor de GGZ of de ziekenhuizen zou gelden. De directies moeten gaan nadenken over waarop er bezuinigd kan worden, en dus zullen er dingen wegvallen die tot nu toe gewoon konden. Zoals het versturen van nieuwsbrieven via de post bijvoorbeeld.

Maar goed, nu over wat u in dit nummer kunt verwachten. Zoals gebruikelijk besteden we aandacht aan interessante boeken. Boeken over psychisch lijden, over psychiatrische inzichten, over hoe patiënten daar mee omgaan of zijn omgegaan, over wat de omgeving en naasten kunnen doen. Meestal kom ik zulke titels tegen in de krant, soms op FaceBook. Soms zijn er ook televisieprogramma's waarvan ik vind: "Hé, dat is iets om over te vertellen in De Stem." Het gaat daarin vooral over wat ik maar even "de narigheid die jou in het leven kan overkomen" noem. Met deze boeken en programma's willen de auteurs of samenstellers de lezers / luisteraars / kijkers inspireren, hoop geven, een handvat aanreiken voor herstel.

In Mezza van 13 augustus las ik een interview met Natascha Kampusch. U weet wel, dat Oostenrijkse meisje dat op weg naar school werd ontvoerd en meer dan acht jaar gevangen werd gehouden in een kelder. In dat interview - naar aanleiding van het verschijnen van de Nederlandse vertaling van haar nieuwste boek *Stärke Zeigen* - vertelt zij hoe hoop in een goede toekomst haar op de been hield. Vergeet niet de goede dingen en mensen die je hebt meegemaakt en kies voor het mooie en goede. Blijf niet hangen in de sores en ellende van de situatie waar je in zit. Die levensinstelling spreekt mij erg aan en nodigde mij uit na te denken hoe ik het zelf heb gedaan in moeilijke momenten.

Gus Wiegerinck

NIEUWS VAN GGNET

Voorstelling 'Golven zo Hoog' van Maarten van Veen



Praten helpt

Uit projecten bij verschillende GGZ's en kenniscentrum Phrenos blijkt duidelijk dat het vertellen van levens- en ervaringsverhalen herstelbevorderend werkt. Het reflectieproces zorgt ervoor dat je uitzoekt wat de aanleiding was voor je psychische klachten en wat je kunt doen om te voorkomen dat je er opnieuw last van krijgt. Door je verhaal te vertellen vind je je eigen kracht en mogelijkheden terug. Het lukt je om dit verder uit te bouwen met de juiste ondersteuning.

Zo kun je uiteindelijk weer meedoen in de samenleving.

Donderdag 23 november 2023 van 16.30 tot 19.00 uur in het Werk(t) Café van GGNet, Vordenseweg 12 in Warnsveld

Heel graag nodigen we familieleden, naasten en andere belangstellenden uit voor de voorstelling 'Golven zo Hoog' van Maarten van Veen. We organiseren de middag samen met het Herstelcentrum.

Iedereen kan te maken krijgen met psychische problemen. Bijvoorbeeld door het verliezen van een baan, een scheiding, het overlijden van een dierbare etc. Door de stress die dit met zich meebrengt, is de scheidslijn tussen 'gezond' zijn en een psychische aandoening hebben vaak maar heel dun. Mensen met psychische aandoeningen praten daar vaak niet gemakkelijk over. Ze verzwijgen het vaak uit schaamte of zijn bang voor onbegrip vanuit hun omgeving. Ze ervaren nog steeds een stigma vanuit de maatschappij. En dat is heel jammer.

De voorstelling 'Golven zo hoog' verbreekt dit stilzwijgen door de verhalen van 10 personen die herstelden op een wel heel bijzondere manier te vertellen. Twee van de patiënten van GGNet hebben meegewerkt aan de voorstelling.





NIEUWS VAN GGNET



Over de voorstelling

Deze wordt gegeven in zorg- en welzijnsorganisaties en in kleine theaters. En nu ook bij GGNet!

De voorstelling is bedoeld voor patiënten, hun naasten, hulpverleners en is ook interessant voor vrijwilligers en buurtbewoners. Door de voorstelling krijg je een beeld van de mens achter de persoon met de psychische aandoening. Naast deze doelgroep is iedereen die iemand in zijn of haar omgeving heeft (gehad) met een psychische aandoening of die om een andere reden interesse heeft welkom.

De helende werking van verhalen vormde de inspiratie voor de voorstelling 'Golven zo hoog'.

Het programma ziet er als volgt uit:

| | |
|-----------|---|
| 16.30 uur | Inloop met koffie, thee en broodjes |
| 17.15 uur | Start van de voorstelling |
| 18.15 uur | Napraten met elkaar ondersteund door het Herstelcentrum |
| 19.00 uur | Einde |

Opgeven voor deze voorstelling is nodig en kan via de mail of telefonisch (rechtstreeks of via de voicemail) bij: s.vanderlanden@ggnet.nl, telefoonnummer 088 933 4563

- Het idee van de voorstelling komt van singer/songwriter Maarten van Veen. Onder zijn pseudoniem 'de Reizenoot' schrijft hij muziek om mensen te verbinden



NIEUWS VAN GGNET



Aanleveren gegevens aan Nederlandse Zorgautoriteit

Begin september was er veel berichtgeving in diverse media over de aanlevering van zorgvraagtyperingsgegevens aan de NZa en de daarmee samenhangende privacy van patiënten. In dit bericht delen we nogmaals het standpunt dat wij als GGNet innemen.

In september 2022 is er namens Bestuur en Directie een statement op Startpunt gedeeld over de verplichte aanlevering van zorgvraagtyperingsgegevens aan de NZa. In dit statement benoemden wij dat GGNet alleen gegevens aanlevert aan de NZa als de privacy van deze gegevens gegarandeerd is.

In december 2022 besloot de Autoriteit Persoonsgegevens (AP) dat een éénmalige verplichte aanlevering van zorgvraagtyperingsgegevens aan de NZa gegrond is. Daarbij is uitgegaan van de gegeven garantie dat de NZa de aanlevering niet koppelt aan andere gegevensverzamelingen. Op deze manier voorkomen zij dat persoonsgegevens mogelijk herleidbaar zijn.

Met de voorwaarden zoals nu genoemd zijn (vanuit de NZa) heeft GGNet voldaan aan de verplichting. Wij hebben dus éénmalig via een beveiligd portaal zorgvraagtyperingsgegevens aangeleverd bij de NZa.

We hebben onze patiënten via verschillende kanalen geïnformeerd. Denk hierbij aan website, posters en flyers, de beeldschermen in wachtkamers en sociale mediakanalen.

Uiteraard volgen wij de berichtgeving over dit onderwerp nauwlettend. Zodra er ontwikkelingen zijn om ons standpunt aan te passen, laten we dit weten.

Bericht van Startpunt, het intranet voor berichtgeving aan medewerkers



GGNet en Graafschap College samen tegen schooluitval

Het Graafschap College is een groot ROC met locaties in de Achterhoek en de Liemers. Voor studenten die door psychische problemen dreigen uit te vallen, zijn de onderwijsinstelling en GGNet drie jaar geleden gestart met JongLeren. In dit programma worden onderwijs en behandeling op maat gecombineerd met als doel het voorkomen van uitval op school zodat leerlingen alsnog de school afronden met een startkwalificatie voor werk of vervolgonderwijs.

"Als ik hier niet aan had deelgenomen, was ik waarschijnlijk van school gegaan", horen we van leerlingen terug. We maken met JongLeren echt verschil", vertelt Suzanne de Jonge, coördinator en docent van het programma en zorg- en loopbaandecaan bij het Graafschap College.

GGNet-psycholoog en coördinator van dit project, Marjolein Engbers, stond aan de wieg van JongLeren en is er wekelijks zes uur bij betrokken. De belangrijkste succesfactoren in haar ogen? "Tijd en persoonlijke aandacht. De studenten krijgen alle ruimte om zowel aan hun mentale gezondheid te werken als aan hun opleiding, alles in eigen tempo. Met veel persoonlijke aandacht, structuur en behandeling, met als doel de terugkeer in het reguliere onderwijs."

JONGLEREN: MAATWERK VOOR LEERLINGEN MET PSYCHISCHE KLACHTEN

Niet de enige

De meeste leerlingen worden door hun zorgdecaan aangemeld voor JongLeren. De aard en zwaarte van de klachten variëren. Meest voorkomend zijn (sociale) angstklachten, trauma, depressie en systeemproblematiek, vertelt Marjolein. Gedurende het programma vormen de deelnemers een aparte JongLeren-klas. Ze volgen een aangepast lesrooster waarin zij drie dagen onderwijs combineren met twee dagdelen therapie: Acceptance and Commitment Therapy voor jongeren (ACT Your Way) en een combinatie tussen psychomotorische therapie (PMT) en muziektherapie (ervaringsgerichte therapieën). Om de drempel zo laag mogelijk te houden, komen de GGNet-behandelaars naar het Graafschap College.

Hoewel aardig wat deelnemers al ggz-ervaring hebben, vinden de meesten hun eerste ontmoeting met de groep best spannend, weet Suzanne. "Maar zodra ze ontdekken dat ze niet de enigen zijn die vastlopen op school, durven ze steeds iets meer van zichzelf te laten zien."

Marjolein: "Wat ook helpt is dat we veel verschillende werkvormen binnen de ACT Your Way inzetten, zoals registratieopdrachten, uitleg over verschillende thema's (leren mentaliseren), experimentele oefeningen

(rollenspel), experimenteren met nieuw gedrag en metaforen. De gedachte hierachter is dat jongeren verschillen in de manieren waarop ze leren. In de psychomotorische therapie en muziektherapie leren ze vervolgens te oefenen met hun ACT-vaardigheden.

Leren en stimuleren

JongLeren kent drie fases. De duur van de in- en uitstroom zijn variabel, de behandelfase telt vijftien weken, overeenkomstig het aantal ACT-sessies. In een JongLeren-groep zitten nieuwe instromers en leerlingen die het programma bijna hebben afgerond bewust bij elkaar. Suzanne: "We zien dat ze veel van elkaar leren en elkaar stimuleren."

JongLeren is een zeer succesvol concept. In een periode van gemiddeld zes maanden slaagt het team van docenten, orthopedagogen, gz-psychologen en behandelaren erin om vrijwel elke deelnemer weer op de rit te krijgen: terug naar de opleiding of op weg naar een beter passende leerweg. Van de ongeveer vijftig leerlingen die de afgelopen jaren zijn begeleid, bleek JongLeren voor slechts een handvol niet de oplossing. Die jongeren zijn voor een gespecialiseerde behandeling van hun complexe problematiek doorverwezen.

Inkijkje

Suzanne en haar collega-docent Angeline volgen een ACT-training om zich te verdiepen in wat hun leerlingen tijdens de behandelingen aangereikt krijgen. "Wat me vooral aanspreekt, is dat de ACT-vaardigheden heel makkelijk in het dagelijkse leven toe te passen zijn. Dat maakt het behapbaar voor de jongeren. En zelf kan ik ze in mijn lessen en leerlingenbegeleiding goed toepassen."

Ook Marjolein is enthousiast over de kruisbestuiving en samenwerking tussen het Graafschap College en GGNet. "De kracht is dat we met een team om de student heen staan en dat onderwijs, begeleiding en hulpverlening geïntegreerd worden en dat door deze aanpak voortijdige schooluitval voorkomen wordt. Ook verloopt de onderlinge samenwerking heel goed. Er zijn korte lijnen en goede overlegstructuren. We delen kennis en ervaringen, sparren, leren van elkaar en streven met passie hetzelfde doel na: de mentale veerkracht van de jongeren vergroten."

Suzanne: "Het is onbeschrijfelijk mooi om alle deelnemers te zien groeien. Zoals het meisje dat helemaal vast zat, geen écht contact kon maken en in gevecht raakte met alles dat op haar pad kwam. Mede dankzij JongLeren gaat zij binnenkort toch haar diploma behalen. Ik heb onlangs met haar geluncht. Ze vertelde me dat ze in haar eentje op reis was gegaan en plannen heeft voor de toekomst. Ik ben supertrots op haar. Zij heeft haar verdere leven profijt van de stappen die zij bij JongLeren gezet heeft. Geweldig toch!"

Bron: website GGNet

Resultaten traumabehandeling bij anorexia nervosa patiënten met ernstig ondergewicht hoopvol



Marieke ten Napel-Schutz

Innovatief promotieonderzoek van Marieke ten Napel-Schutz, klinisch psycholoog en psychotherapeut bij GGNet Amarum, geeft een hoopvol beeld van behandeling van traumaklachten bij eetstoornispatiënten (anorexia nervosa) tijdens een fase van ondergewicht. Marieke onderzoekt in verschillende studies de effectiviteit van experiëntiële technieken en ze bestudeerde de ervaringen van patiënten en hun therapeuten met deze technieken.

Op 7 juli 2023 verdedigde Ten Napel-Schutz haar proefschrift 'Pionieren met experiëntiële technieken en leren van ervaringen van patiënten en therapeuten' bij de Universiteit van Amsterdam.

Een aanzienlijk deel (10-47%) van de patiënten met anorexia nervosa heeft te maken met een Post Traumatische Stress Stoornis (PTSS). Bij deze groep zien we daarnaast obsessief compulsieve klachten, depressie en angstklachten, lager zelfvertrouwen en interpersoonlijke problemen. Deze groep is moeilijker te behandelen, laat een hoger terugvalpercentage en een slechtere behandeluitkomst zien. Ook stoppen ze vaker eerder met behandeling dan patiënten met anorexia nervosa zonder PTSS. Daarnaast zijn er onderzoeken die aantonen dat de eetstoornissymptomen de patiënten helpen om de PTSS-symptomen te verminderen. Daarmee wordt het erg lastig aan de eetstoornis te werken, want dan verergeren de PTSS-klachten.

Het behandelen van PTSS tijdens een fase van ernstig ondergewicht bij mensen met een eetstoornis is zeer innovatief, omdat bij deze patiënten traumabehandeling normaal gesproken wordt uitgesteld tot het gewicht zo goed als genormaliseerd is. Deze gangbare praktijk is gebaseerd op het feit dat je voor een psychotherapeutische behandeling voldoende emoties moet kunnen ervaren en reguleren, en cognitief voldoende moet kunnen functioneren. Ondervoeding kan het cognitief functioneren verminderen en studies laten zien dat mensen met anorexia nervosa meer problemen hebben met het ervaren van emoties en emotieregulatie. In sommige gevallen betekent dat dat die behandeling er nooit van zal komen, omdat het niet lukt om het gewicht te normaliseren.

Bevindingen experiëntiële technieken

De resultaten van het onderzoek van Marieke laten hoopvolle resultaten zien voor een groep mensen die tot voor kort deze behandeling werd onthouden. Ook geven de resultaten aanleiding om de mogelijkheden voor traumabehandeling tijdens ondergewicht verder te onderzoeken. De experiëntiële technieken die Marieke onderzocht, waren onder andere diagnostische imaginatie, imaginatie van een veilige plek en imaginaire rescripting (ImRs). Bij ImRs worden herinneringen aan een traumatische ervaring opgeroepen om de betekenis van die ervaring te veranderen.

De studies in haar proefschrift richtten zich naast de groep met eetstoornissen op de ervaringen met experiëntiële technieken bij een andere complexe psychopathologie doelgroep (zes verschillende persoonlijkheidsstoornissen). De specifieke studie naar ervaringen van het gebruik van experiëntiële technieken bij persoonlijkheidsstoornissen geven met name bruikbare adviezen voor therapeuten en het verder doorontwikkelen van handboeken en protocollen.

Bevindingen ervaringen patiënten en therapeuten

Niet alleen de effectiviteit van experiëntiële technieken in deze groepen werd onderzocht, maar ook de ervaringen van patiënten en hun therapeuten. Het luisteren naar alle deelnemers - zowel patiënten als therapeuten - leverde een gedetailleerd beeld op. Wat in Mariekes onderzoek opviel was dat de gebruikte technieken als zeer intens beleefd werden, hielpen om veranderingen te ervaren en dat deze PTSS-behandeling hoop biedt; daar waar de meeste patiënten met anorexia nervosa en PTSS geen hoop (meer) hadden. De patiëntenstudies gaven verder aan dat het belangrijk is om individuele aanpassingen te kunnen maken aan protocollen waar nodig om de behandeling te kunnen voorzetten. Denk bijvoorbeeld aan het lopend doen van de ImRs omdat anders het contact met het lichaam verloren gaat, of minder fantasie gebruiken bij mensen die dit minder goed verdragen.

De therapeuten gaven aan dat zij vooral veel rollenspellen wilden doen tijdens de training van deze technieken om het goed te leren, zij adviseerden vaardigheden te oefenen in rollenspellen. Daarnaast komt naar voren dat groepsintervisie essentieel is bij het werken met deze methoden in deze doelgroep omdat zij anders mogelijk gestopt waren met de behandeling omdat zij tegen specifieke aspecten aanliepen van deze groep.



NIEUWS VAN GGNET



Het Sport- en Bewegepark opent in september

Sport en beweging is onmisbaar in het herstelproces van patiënten van GGNet. Het ontspant, draagt bij aan een gezond lichaam en een gezonde geest, geeft zelfvertrouwen en een gevoel van eigenwaarde. GGNet bouwt daarom een eigentijds en stimulerend Sport- & Bewegepark waar patiënten actief aan hun herstelproces kunnen werken. Dit park opent in september!

Het Sport- en Bewegepark is er echter niet alleen voor patiënten. Ook GGNet-medewerkers, buurtbewoners en bijvoorbeeld verenigingen die zelf geen eigen locatie hebben, worden uitgenodigd en uitgedaagd om hier te komen sporten, bewegen en ontmoeten. Iedereen mag en kan dus gebruik maken van de faciliteiten. Zo hopen we meer ontmoeting te faciliteren.





SPREUK



Alles goed? In gesprek over depressie

Auteur: Marianne Lamers e.a.
ISBN: 9789082144772
Uitgever: Reuring, juni 2023

Samenvatting

Alles goed? Jā hoor, alles goed. We geven vaak snel antwoord als mensen vragen hoe het gaat. Maar wat kun je doen als het met een vriend, partner, familielid of collega helemaal niet goed gaat? Als het meer is dan even een baaldag.

Als duidelijk wordt dat de somberheid niet zomaar weggaat, wat dan? Er moet iets gebeuren, maar wat? Hoe kun je die ander dan helpen? Moet je dan juist streng zijn of alle begrip tonen? Moet je de mooie kant van het leven laten zien of meegaan in de donkere gedachten? En hoe zorg je ervoor dat je zelf niet wordt meegezogen?

In dit boek vertellen veertien koppels wat voor hen werkt. Wat heeft hen geholpen om weer uit die depressie of psychose te komen of om te gaan met een verslaving of eetstoornis? En hoe heeft de omgeving daarbij geholpen? Wat kun je als naaste doen?

In het artikel in De Gelderlander staan 6 tips van twee ervaringsdeskundigen en psycholoog Huub Buijssen.

1. Wees begripvol
2. Luister zonder oordeel
3. Wees niet te kritisch
4. Neem de ander mee naar buiten
5. Vraag niet: hoe gaat het met je?
6. Blijf aan jezelf denken

Bronnen:

- <https://reuring-uitgeverij.nl>
- De Gelderlander 25 juli 2023



Doorbreek de cirkel

Auteur: Miloe van Beek
ISBN: 97890439285199789043928526
Uitgever: Kosmos, juli 2023
ook als e-book beschikbaar: 9789043928526

Samenvatting

Doorbreek de cirkel en word een leukere opvoeder.

Aan de hand van zeer persoonlijke verhalen schetst auteur Miloe van Beek een eerlijk en herkenbaar beeld van gezin, familie, opvoeding en ouderschap. Ze laat zien hoe patronen van generatie op generatie worden doorgegeven, in elkaar grijpen én wat er kan gebeuren als je in de spiegel durft te kijken die je kind je voorhoudt.

Veel ouders herhalen tijdens de opvoeding onbewust wat ze zelf als kind hebben gezien en ervaren. Groeide je op zonder aandacht voor je binnenwereld? Mocht je niet boos zijn? Leerde je niet hoe je met je emoties om moest gaan? Dan loop je kans om hier tegenaan te lopen in de opvoeding van je eigen kinderen. Zij zullen je een spiegel voorhouden en je raken op precies die plekken die pijnlijk zijn.

Meer kennis over je familiesysteem is enorm helpend, stelt Miloe van Beek in 'Doorbreek de cirkel'. Zonder vingerwijzen of schuldvraag maakt ze inzichtelijk hoe je verleden jou als ouder heeft gevormd en geeft je handvatten om het anders te doen.

Dit boek vraagt je om naar binnen te kijken in plaats van naar buiten. Behalve persoonlijke ervaringen, lees je in 'Doorbreek de cirkel' ook de visie van deskundigen zoals familieopsteller Els van Stijn (bekend van bestseller 'De Fontein'), orthopedagoog Laura Batstra en tal van anderen. Zij laten zien hoe ouders om kunnen gaan met lastige opvoedsituaties en wat ze ervan kunnen leren.



Podcast: <https://www.youtube.com/watch?v=xYmhQocaZMI>

Bronnen:

- <https://www.bol.com>
- Mezza 22 juli 2023 (Mezza is de zaterdag-bijlage van o.a. De Gelderlander)

Jules

Auteur: Julia van Baaren
ISBN: 978-9400410305
Uitgever: Thomas Rap, juni 2023

Samenvatting

De vijftienjarige Julia ('Jules' voor haar beste vriend) is een vat vol onzekerheden. Door vriendschappen die op scherp komen te staan, een succesvolle tv-presentator als moeder en een onbeantwoorde liefde, worstelt ze dagelijks met een negatief zelfbeeld. Wanhopig zoekt ze een uitweg uit de situatie en lijkt dan de sleutel te hebben gevonden: dagelijkse, in eerste instantie troostende eetbuien, om alles er daarna weer uit te gooien. Het geeft haar controle, en dat is precies wat Julia nodig heeft. Maar terwijl haar vriendinnen en klasgenoten uitstekend lijken te weten wat hun plek in de wereld is, glijdt Julia steeds verder weg in haar eigen misère. Jules is een aangrijpend en goudeerlijk verhaal over de sluipmoordenaar die een eetziekte kan zijn.

In Mezza (24 juni 2023) vertelt zij dat het bij een eetstoornis nooit gaat om het eten, maar om iets dat eronder ligt. Bij haar was dat angst. Als klein meisje al lag ze 's avonds te piekeren over alle hobbels die ze in het leven tegen zou kunnen komen. Wat als papa en mama doodgaan? Kan ik wel werk krijgen als ik groot ben? Stel je voor dat ik later geen vrienden zou hebben en helemaal alleen was. En al probeerde haar moeder haar gerust te stellen met: "Het komt allemaal goed", ze bleef maar piekeren. De enige manier om dat gepieker te stoppen was vluchten in eten, in sport, daten, in drugs en drank. Naar buiten toe laat ze dat allemaal niet zien, niet aan haar beste vrienden en zelfs niet aan haar therapeut. Haar logica was: "Als mijn lichaam kleiner is, val ik minder op." Dus probeert ze zich als het ware onzichtbaar te maken: in de klas je mond houden, geen vinger opsteken als je het antwoord weet. Want stel je voor dat je antwoord fout is. En vooral niet praten over je onzekerheden en angsten.

Totdat ze besluit toch beetje bij beetje meer te gaan vertellen. En dat gaat op den duur steeds beter. En het helpt! En ze besluit haar studie *Marketing en Communicatie* af te ronden met een boek. Niet alleen als een manier om haar gevoelens de ordenen en een plek te geven, maar ook omdat anderen met zo'n boek mogelijk geholpen zijn.

Bronnen:

- <https://www.bol.com>
- Mezza 24 juni 2023 (Mezza is de zaterdag-bijlage van o.a. De Gelderlander)





Hoe ik acht jaar gevangenschap overleefde

Kracht putten uit de donkerste periode van mijn leven



NATASCHA KAMPUSCH

Hoe ik acht jaar
gevangenschap
overleefde

*Kracht putten uit de donkerste
periode van mijn leven*



Oorspronkelijke titel: Stärke Zeigen (2022)
Auteur: Natascha Kampusch
Vertaler: Jeannet Dekker
ISBN: 9789022599099
Uitgever: Boekerij, augustus
2023

Samenvatting

Een boek vol inspirerende levenslessen en strategieën om uitdagingen te overwinnen, veerkracht te ontwikkelen en positiever in het leven te staan, gebaseerd op Natascha Kampusch' ervaring als overlever van een langdurige gevangenschap.

Natascha Kampusch is tien jaar oud als ze op weg naar school wordt ontvoerd door Wolfgang Priklopil. Hij houdt haar gevangen in een keldertje van amper vijf vierkante meter. Pas achtenhalf jaar later, tijdens een onbewaakt moment, ziet Natascha kans te vluchten. Maar de nachtmerrie is nog niet voorbij.

Na acht jaar eenzame opsluiting is Natascha ineens wereldberoemd. Iedereen wil iets van haar, maar niet iedereen heeft goede bedoelingen. Sommigen geloven haar niet, schrijven dat ze aan Stockholmsyndroom lijdt, bejegenen haar met argwaan of gaan haar angstig uit de weg. Maar als haar gevangenschap haar iets heeft geleerd, is het hoe ze zich mentaal moet wapenen. Jarenlang was Natascha compleet afhankelijk van haar ontvoerder - nu pakt ze de controle terug.

In *Hoe ik acht jaar gevangenschap overleefde* vertelt de ultieme ervaringsdeskundige haar ongelofelijke levensverhaal en deelt ze de oefeningen en strategieën die ze tijdens haar gevangenschap ontwikkelde om lichamelijk en psychisch te overleven. Helder, praktisch en hoopvol: dit boek is hét bewijs dat je kracht kunt putten uit zelfs de donkerste periodes.

In *Mezza* (13 augustus 2023) vertelt Sandra Donker over het interview dat zij had met Kampusch naar aanleiding van het verschijnen van de Nederlandse vertaling van haar boek *Stärke zeigen*. Dat interview typeert ze als balanceren op het slappe koord. Kampusch is uiterst terughoudend als het gaat om gevoelige thema's, misschien wijs geworden toen ze te maken kreeg met de laster van de Oostenrijkse boulevardpers. Maar ze bevestigt dat ze met het boek mensen wil helpen die slachtoffer (geworden) zijn van uitbuiting, misbruik of geweld. Maar ook voor iedereen die geïnteresseerd is in dit onderwerp. Tijdens het interview is ook de uitgever Daniël aanwezig. Hij vertelt dat psychologen interesse hebben hoe Kampusch tijdens de ontvoering is omgegaan met de situatie. Die manier is te kenschetsen als "meeveren", geen weerstand bieden met wat de dader eist en zo overleven. Daarnaast schiep Kampusch in de kelder een eigen wereldje, vluchtte ze in herinneringen en fantasieën. Zelfs probeerde ze mededogen te voelen voor de dader. Hij moest toch ook goede kanten hebben, niemand wordt immers als monster geboren, zegt Kampusch. Dat waren voor haar ankers waardoor ze overeind kon blijven, daar kunnen andere mensen ook van leren. "Ga op zoek naar gevoelens van geluk uit het verleden, de schatkist aan goede herinneringen. Koester die. Denk aan mensen die veel voor je hebben betekend, laat je inspireren en moed geven. 'Ook wanneer alles tegen zit, is het belangrijk je eigen geluk niet te vergeten. Wanneer we voor de toekomst kiezen, wacht die op ons, geen twijfel mogelijk. We kunnen zelf bepalen welke momenten voor ons belangrijk zijn: de goede en de mooie, of de momenten die vooral een last zijn. Wie de schoonheid in het leven op waarde weet te schatten, en zelfbewust en vol hoop naar de toekomst kijkt, zal merken dat veel ten goede kan veranderen.'"

Bronnen:

- <https://www.boekerij.nl>
- *Mezza* 13 augustus 2023 (Mezza is de zaterdag-bijlage van o.a. De Gelderlander)

"Als je mensen enkel medisch indeelt, lopen ze vast"



De geestelijke gezondheidszorg in Nederland schaadt door haar werkwijze een deel van haar patiënten. Hoogleraar Floortje Scheepers schreef 'Mensen zijn ingewikkeld'. "Laten we het verdragen dat er iets in die connectie tussen patiënt en hulpverlener kan zitten dat essentieel is, maar niet te pakken is, niet te grijpen, niet te protocolleren."

Geschreven door Piet-Hein Peeters, eerder verschenen op socialevraagstukken.nl

De diagnose van psychiater Floortje Scheepers laat weinig aan de verbeelding over. In haar boek 'Mensen zijn ingewikkeld' bekritiseert de hoogleraar 'innovatie in de GGZ' aan het Universitair Medisch Centrum in Utrecht de fundamenten van de huidige geestelijke gezondheidszorg in Nederland. Te veel in de ban van de 'DSM', te biologisch georiënteerd, te reductionistisch denken. De patiënt 'GGZ' kent inmiddels wel enig ziektebesef, zo schrijft Scheepers, maar heeft te veel 'angst' voor het 'niet-begrijpen', 'een drang tot legitimatie' die ten koste gaat van patiënten en 'zit vast in systemen'.

Scheepers zelf wil weg van "de stoornissen, de ziektes die enkel in ons hoofd zouden zitten". Ze wil meer oog voor de maatschappelijke context van mensen die "mentaal ontregeld" raken en de interventies die juist vanuit die context mogelijk zijn. Ze bepleit "ruimte voor het relationele, voor het geheim van het contact maken." De Nederlandse geestelijke gezondheidszorg moet in haar ogen echt anders.

"Wij schaden soms mensen door onze manier van kijken. Heel veel mensen met ernstige problematiek beginnen niet zo. Maar als je die mensen enkel medisch probeert in te delen en geen oog hebt voor wat er in andere domeinen van hun leven nodig is, lopen ze vast en komen ze uiteindelijk in een hoog specialistisch ziekenhuis terecht."

- *'Onze manier van kijken'?*

"Mensen kunnen angstig zijn, somber, wantrouwend, impulsief. Dat is de taal van iedereen. Er gaat zie ik iets fout als we andere, 'medische' taal gaan geven aan de uitersten van normale, menselijke eigenschappen. Als we daar een ander woord voor bedenken. Het probleem van de classificatietaal, de DSM-taal, is dat we daarmee stoornissen maken. ADHD voor heel moeilijk concentreren, depressie voor grote somberheid, ga zo maar door. Ik denk dat de individuele mens niet zoveel heeft aan die ordening. Die is veel meer geholpen door aan te sluiten bij zijn of haar persoonlijke verhaal."

- *Is een psychose een uiterste van een normale menselijke eigenschap?*

"Ik durf wel te beargumenteren dat een psychose een extreme versie van waakzaamheid, achterdocht, niet iedereen meteen vertrouwen. Ik denk dat die eigenschappen in het menselijk verkeer een functie hebben, maar dat zo'n eigenschap door bijvoorbeeld gebeurtenissen in de loop van je leven heel erg ontregeld kan raken. Dat je extreem wantrouwend wordt, gaat hallucineren, stemmen gaat horen. Dus ja, ook een psychose zit op een continuüm."

- *Met een label, met een etiket zetten we het probleem apart, halen we het uit het dagelijks leven?*

"Door de classificaties werkt de interactie tussen patiënt, samenleving en professional verre van optimaal. Het lijkt nu dat je eerst een naam voor je probleem moet krijgen voordat je lijden erkend wordt. Ik zou willen dat die erkenning er is zonder het frame van een stoornis of ziekte."

- *Wat levert dat op?*

"Mensen denken nu dat een classificatie helpt. Maar ze werken juist stigmatisering in de hand. Ik zie dat patiënten zich soms zo'n classificatie eigen maken, er hun hele identiteit aan ophangen, boos worden als je het afpakt. Ik zie dat professionals door de gestructureerde indeling denken een handvat te hebben, een methodiek, een medische behandeling. Heel prettig misschien, maar soms ook beperkend. Ik zie dat de samenleving door die titels voor stoornissen mensen uitsluit."

Als we vormen van mentale ontregeling meer zien als onderdeel van ons mens zijn, geven we een enorme boost aan sociale inclusie. We erkennen dan dat ieder mens vast kan lopen, dat er geen zwart wit verdeling is tussen mensen die 'zwak' zijn of een 'stoornis' hebben en mensen die 'sterk' zijn."

- Zeg jij dat er in de afgelopen decennia onvoldoende gepresteerd is in de GGZ?

"Mensen die mentaal ontregeld zijn, hebben hulp nodig. De vormen die wij nu bieden, zijn soms toereikend. Medicatie kan nodig zijn als je nauwelijks nog een gesprek kunt voeren, maar medicatie is vooral een symptoombestrijder. En psychotherapie kan ontzettend helpen, maar ik waak voor een soort omgekeerd lineair denken. Namelijk dat er wel een stoornis moet zijn omdat de pillen werken. Dat klopt niet. Ik haal in mijn boek ook het werk van Flip Jan van Oenen aan ('*Misverstand psychotherapie*', red.) die uitlegt dat we psychotherapie uitgebreid geprotocolleerd hebben en vervolgens de vraag stelt of het uiteindelijk niet gewoon om de relatie draait. Dus ja, de ggz kan interventies bieden die soms afdoende zijn, maar zeker bij complexe problemen heb je meer uit het leven zelf nodig, moet je zicht hebben op wat die ene patiënt nodig heeft om in zijn leven verder te kunnen."

Betweenness

De kritiek van Scheepers op haar eigen werkveld is niet nieuw. Sterker nog, je kunt stellen dat de geestelijke gezondheidszorg al een aantal jaar de draai in Scheepers' richting aan het maken is. Minder medisch, meer maatschappelijk. Minder labels, meer 'normaliseren'. In haar boek noemt Floortje Scheepers het 'biopsychosociaal model' dat in de ggz terrein gewonnen heeft. Kort gezegd: pillen voor de hersenen, therapie voor het individu, het netwerk voor het sociale. Het is volgens Scheepers niet genoeg.

"Dit laat het dominante discours in de ggz zien: het is ook weer een model. En het ingewikkelde van modellen is dat je er in vast komt te zitten. Wat in dit model ontbreekt is de betekenis. Hoe en waaraan ieder mens betekenis geeft, is zo individueel door wat we hebben geleerd en meegemaakt. Het is een onmeetbaar gegeven en dus houden we het buiten de modellen en de protocollen omdat het we het niet kunnen generaliseren."

- Betekenis?

"Het goede gesprek, het gesprek dat echt betekenis heeft, dat is het ongrijpbare in de ontmoeting tussen patiënt en professional, dat is vaag, dat is lastig, maar het is de ontbrekende factor in de dialoog over hoe we de ggz ingericht hebben en waarom we al dan niet succesvol zijn. Ik mis dat we als sector verdragen dat ons werk niet helemaal te ordenen is. Door geen oog te hebben voor het betekenisvolle doe je onrecht aan de werkelijkheid van de patiënt."

- In je boek gebruik je woorden als 'betweenness', 'relationeel', 'contact', 'elkaar kennen', 'de sensatie van elkaar begrijpen', zelfs 'van hart tot hart'. Kun je een idee geven van hoe je dit een plek geeft in de professionele praktijk van de ggz?

Scheepers schiet lachend naar voren. "Nee, dat kan ik niet!! Dat is precies de kern van mijn boek!" Leunt weer naar achteren. "Laten we het verdragen dat er iets in die connectie tussen patiënt en hulpverlener kan zitten dat essentieel, maar niet te pakken is, niet te grijpen, niet te protocolleren, maar het is er wel. Het is er wel."

- Je noemt het zelf al vaag

"Maar het is niet zo dat omdat het vaag is het niet essentieel kan zijn. Dat het niet mag bestaan omdat we het niet kunnen ordenen, het niet concreet kunnen maken."

- Maar wat kunnen we er dan mee? Kunnen we bijvoorbeeld mensen opleiden in 'betweenness'?

"Ja natuurlijk! We kunnen ze opleiden in het verdragen van het niet-weten. Je kunt ze bewust maken van het belang van dat contact, van het relationele in het werk. Je kunt uitleggen dat welke kennis of methode je ook inzet, zonder het maken van contact zijn het holle frasen. Het maakt ons professionals wellicht wat bescheidener, menselijker."

- 'De sensatie van elkaar begrijpen', 'van hart tot hart', 'contact maken', het roept bij mij associaties op met vriendschap.

"Ik denk wel dat de kwaliteit van een goed professioneel contact vergelijkbaar is met het contact in een vriendschap, ja. Het komt in die buurt. Maar vriendschap is veel meer dan contact alleen. Dat gaat over wat je deelt, over je gezamenlijke geschiedenis, je legt je hele hebben en houden bij elkaar op tafel. Dat past niet in een professionele relatie."

Vertwijfeling

Floortje Scheepers plaatst haar eigen denkwerk in de ontwikkeling van de gezondheidszorg in het algemeen. Het medische domein moet volgens haar meer zijn "dan het zoeken naar een biologische oorzaak en dat behandelen met medische interventies". Ze verwijst naar de definitie van 'positieve gezondheid' die onder leiding van Machteld Huber dit decennium snel terrein won. De mens is veel meer dan zijn of haar ziekte en van dat 'veel meer' maken gezondheidsprofessionals nog veel te weinig gebruik. Scheepers: "Alles wat je investeert in het sociaal maatschappelijke fundament van mentale fitheid, denk aan huisvesting, denk aan schulden, hoef je bij wijze van spreken niet te besteden aan de medische hulp."

Ze begrijpt dat haar pleidooi voor het verdragen van het niet-weten, het ruimte bieden aan 'het contact' wringt met het huidige 'evidence-based' zorgsysteem en de financiering die daaraan verbonden is. "In mijn tijd als arts-assistent kregen we op jaarbasis een bepaald budget waarmee we een bepaald aantal patiënten moesten zien. Binnen die afspraak konden we zelf keuzes maken. Zoals een biografie afnemen bij de ouders. Toen was de classificatie, de DSM, nog lang niet zo dominant. Gaandeweg mijn loopbaan veranderde dat. Het behandelarsenaal bleef nagenoeg hetzelfde maar de toegang werd radicaal gewijzigd waardoor nu soms mensen van het ene naar het andere specialistische aanbod gestuurd worden. Het is dat model-denken dat ik nu bekritiseer."

- Maar waar je zelf gezien jouw loopbaan ook aan meegewerkt hebt. Hoe beschouw je je eigen ontwikkeling?

"Ik was als arts-assistent naïef. Ik geloofde echt in de maakbaarheid, dat de problemen in het brein zaten en dat we binnen tien jaar al die hersenstoornissen konden genezen." Lachend: "De psychiatrie is een roerig vakgebied."



In Vertel, een magazine van KRO-NCRV, stond dit bericht:

Gestreste jeugd

Stress, hoge sociale druk en onzekerheid over de toekomst: de huidige generatie jongeren heeft het zwaar. KRO-NCRV zet het onderwerp hoog op de agenda en lanceert daarom het online platform *Druk!* KRO-NCRV's mediadirecteur Sandra Hilster: 'Jongeren worstelen meer dan ooit met hun mentale gezondheid. Dat is erg voor henzelf, én het werkt door in de samenleving. Het is onze opdracht om de oorzaken te onderzoeken en oplossingen te vinden om jongeren perspectief te bieden.' KRO-NCRV heeft ook een WhatsApplijn: 06-21108764, waar jongeren hun ervaringen (anoniem) kunnen delen met de journalistieke redacties van KRO-NCRV.

Meer informatie vind je op www.kro-ncrv.nl/druk

Bron: Vertel nr. 17, 2023





AGENDA



Dienst Geestelijke Verzorging

Geconfronteerd worden met psychiatrische problematiek van uzelf of uw naasten, kan een indringende ervaring zijn, die vragen bij u oproept. Voor alles wat u hierin bezighoudt - uw levens- en geloofsvragen, hoop en wanhoop, geloof en ongelooft, zin en onzin - kunt u een beroep doen op de Dienst Geestelijke Verzorging. Wij zijn er voor cliënten en hun naasten: iedereen is welkom, ongeacht levensbeschouwelijke en (on)geloofsachtergrond. Wij bieden o.a. individuele begeleiding en groepsgesprekken aan.

Agenda

Kerkdienst: iedere vrijdag om 16.00 uur (vanaf 15.45 uur inloop), Vredeskapel Warnsveld

Contact

Bezoekadres: Vordenseweg 12 ('t Onderschoer), 7231 PA Warnsveld

Postadres: Postbus 2003, 7230 GC Warnsveld

Telefoon: 088-9335166 (binnen kantooruren)

E-mail: dgv@ggnet.nl





VASTE ACTIVITEITEN



FAMILIEVERTROUWENSPERSOON (FVP)

De Familievertrouwenspersoon kan u informeren, adviseren en ondersteunen als uw familie of naaste een maatregel heeft gekregen vanuit de Wvvgz (verplichte zorg). U kunt ook bij hem terecht als de aanvraag voor een dergelijke maatregel loopt of er een vrijwillige opname is op een afdeling waar ook verplichte zorg wordt gegeven.

Hij luistert naar u, geeft advies en informatie, kan u verwijzen. Ook kan hij u ondersteunen bij het bespreekbaar maken van uw ongenoegen of probleem met de hulpverlener en/of het indienen van een klacht. De FVP is in dienst van de Landelijke Stichting Familie Vertrouwens Personen (LSFVP) en is dus onafhankelijk van GGNet.

De FVP (Peter Brakel) is bereikbaar van dinsdag t/m vrijdag op 06 25322605.

Mailen kan naar p.brakel@familievertrouwenspersonen.nl

PATIËNTENVERTROUWENSPERSOON (PVP)

De PVP ondersteunt patiënten wanneer zij vragen en/of klachten hebben over hun behandeling in de ggz.

De PVP ondersteunt vooral patiënten die met verplichte zorg te maken krijgen, ook als dat ambulante is. De PVP is onafhankelijk van de instelling en stelt zich op aan de kant van de patiënt.

Bij GGNet zijn drie patiëntenvertrouwenspersonen werkzaam: Anne Egberink, Anoeke Gorter en Henk van Dijk. Zij ondersteunen samen de patiënten die een beroep op hen doen. Elke werkdag is minstens één van hen telefonisch bereikbaar.

- Anne Egberink, voor regio Doetinchem/Zevenaar. Tel. 06-57601049. Mail: a.egberink@pvp.nl
- Anoeke Gorter, voor regio Warnsveld/Zutphen. Tel. 06-83823768 Mail: a.gorter@pvp.nl
- Henk van Dijk, voor locaties van GGNet in Apeldoorn. Tel. 06-17431602. Mail: h.van.dijk@pvp.nl

Bij afwezigheid van de PVP kunnen patiënten terecht bij de Helpdesk PVP telefoon 0900 4448888.

Deze helpdesk is bereikbaar van 10.00-16.00 uur

op werkdagen en van 13.00 tot 16.00 uur

op zaterdagmiddag van 13.00 tot 16.00 uur

Meer lezen over de taken van de PVP?

Kijk dan eens op www.pvp.nl

CONTACT MET FAMILIERAAD

De Familieraad GGNet is maandag t/m donderdag bereikbaar op het centrale telefoonnummer 088 933 3150.

Mocht u behoefte hebben aan een gesprek met één van de leden van de Familieraad, dan kunt u ook een mailtje sturen naar familieraad@ggnet.nl

Buiten kantoor tijden kunt u bellen met De Luisterlijn: 0900 0767.

KLACHTENFUNCTIONARIS

De klachtenfunctionaris (Helga van Silfhout) is het eerste meldpunt als u een klacht hebt of overweegt een klacht in te dienen.

De functionaris voelt geen oordeel over de klacht, maar bemiddelt tussen u en degene over wie u een klacht hebt.

De klachtenfunctionaris is onafhankelijk van GGNet. De klachtenfunctionaris is bereikbaar op 088 933 4869. Mailadres: klacht@ggnet.nl

PREVENTIE

Wanneer iemand last heeft van psychische problemen, dan heeft dit vaak impact op de omgeving. Door onbekendheid met de problematiek weten familieleden soms niet goed hoe zij op het gedrag van hun naaste moeten reageren. Relaties kunnen onder druk komen te staan en erover praten met anderen is vaak moeilijk. Uit angst voor escalatie gaan familieleden soms ver in de zorg voor de ander. Het vinden van een goede balans tussen het bieden van zorg en het leiden van een eigen leven valt soms niet mee, wat kan leiden tot overbelasting. Familieleden van mensen met psychische problemen kunnen bij Preventie terecht voor een steuntje in de rug in de



Aanmeldingsformulier

Mocht u vrienden, familie, kennissen, buren of geïnteresseerden kennen die graag de nieuwsbrief maandelijks gratis willen ontvangen dan kunnen ze zich met onderstaand formulier opgeven

Naam:

Adres:

Postcode en woonplaats:

Telefoonnummer:

Mailadres:

Doorgeven van adreswijziging

Naam:

Oud adres
Adres:

Postcode en woonplaats:

Nieuw adres
Adres:

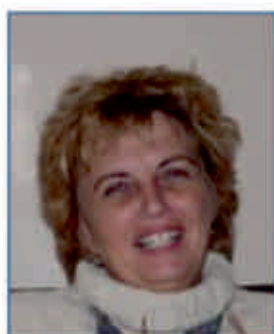
Postcode en woonplaats:

Wij zorgen ervoor dat uw gegevens alleen worden gebruikt voor de bovenstaande doeleinden. Uiteraard ontvangt u alles geheel vrijblijvend en zonder verdere verplichtingen uwerzijds. Het formulier kunt u opsturen naar:

Bureau Familieraad GGNet
Antwoordnummer 7513
7230 ZX Warnsveld
(postzegel is niet nodig)

Familieraad
Ons telefoonnummer is 088 - 9333150
of e-mail: familieraad@ggnet.nl

FAMILIERAAD GGNET



Annemieke Heiligers
Voorzitter
a.heiligers@ggnet.nl



Aleike Wisselink
Bestuurslid
a.wisselink@ggnet.nl



Monique Visser-Buis
Bestuurslid
m.buis@ggnet.nl



Guus Wiegerinck
Redacteur
g.wiegerinck@ggnet.nl



Donald Wever
Adviseur Familieraad
d.wever@ggnet.nl



Ineke Esselink
Secretaresse
familieraad@ggnet.nl
☎ 088 933 3150

Disclaimer

De Stem van de Familie is een onafhankelijk maandblad zonder winst oogmerk, van en voor familieleden. De Familieraad van GGNet wil een stem geven aan de familieleden en andere direct betrokkenen van patiënten van GGNet. Via ons maandblad bieden wij allerlei relevante artikelen aan. Daarbij verwerken wij privacygevoelige informatie, ook wel persoonsgegevens genoemd. Het betreft hier adressen van familieleden en andere betrokkenen die aangeven een exemplaar te willen ontvangen. In sommige gevallen werken wij bij de uitvoering van onze uitgave samen met GGNet.

De Stem van de Familie houdt rekening met het gebruik van foto's. Alle herkenbare personen wordt gevraagd om toestemming.

Bij het plaatsen van bestaande artikelen is er sprake van bronvermelding. Persoonsgegevens worden door ons zorgvuldig verwerkt en beveiligd. Daarbij houden wij ons aan de eisen uit de privacywetgeving. De Stem van de Familie respecteert de privacy van alle genoemden in dit blad en stelt de bescherming van hun privacy te allen tijde voorop. De Stem van de Familie gaat dan ook zo zorgvuldig mogelijk om met persoonsgegevens en houdt zich uiteraard aan alle wettelijke voorschriften op dit gebied, met name de Wet bescherming persoonsgegevens. De Stem van de Familie gebruikt alle persoonlijke informatie die aan haar wordt verstrekt alleen voor de doeleinden zoals die in dit Privacy Statement zijn omschreven.

familieraad



GGNet