

de stem van de familie



Elk einde is het begin van iets nieuws

Jaargang 21
Nummer 9
november 2023



GGNet

INHOUD

BIJ DIT NUMMER

- De laatste **3**

NIEUWS VAN DE FAMILIERAAD

- Jij wilt toch ook gehoord worden? **5**
- Interview met klachtenfunctionaris Helga van Silfhout **6**
- Uitleg van de stappen bij een klacht **8**

NIEUWS VAN GGNET

- HIKZ - Samen zorgen voor perspectief en continuïteit **9**
- Start circulaire nieuwbouw Behandelhuis Warnsveld **11**
- Ik wil de zorg verbeteren voor jongeren met genderdysforie' **12**
- GGNet start samenwerking met TZA Achterhoek **14**

- SPREUK **15**

BOEKENRUBRIEK

- Kopzorgen, Psychose begrijpen in 33 vragen, door Stijn Vanheule & Jim van Os **16**
- Naakt, door Marc van Pappelendam **17**
- If I'm being honest, door Dan Karaty **18**
- Beroofd van het leven, door Rob Edens **20**
- Kleine trauma's, door Meg Arroll **22**

ALGEMEEN NIEUWS

- Informatie over de familievertouwenspersoon **23**
- Helft van de zorgvragers geweigerd bij ggz **25**

TELEVISIE

- Lourdes geeft veel energie, er komen diepe emoties los **26**

AGENDA

- Wereldlichtjesdag' op 11 december: **27**
- Dienst Geestelijke Verzorging **28**

- VASTE ACTIVITEITEN **29**

- FAMILIERAAD GGNET **31**

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



BIJ DIT NUMMER



De laatste

Ja, het is zover. Dit is het laatste nummer van De Stem van de Familie dat op papier verschijnt. In voorgaande nummers hebben we u al een beetje op de hoogte gesteld, in dit nummer treft u meer informatie aan over hoe wij verder gaan. Vooral over hoe u vanaf januari - of later - De Stem kunt blijven lezen. Er wordt hard gewerkt aan de nieuwe opzet, maar dat vergt toch meer tijd dan we dachten. We houden u op de hoogte.

Voor mij is dit nummer het laatste waarin ik schrijf. Voorjaar 2012 vroeg Marian Rikhof, zij was toen voorzitter, of ik zin had zitting te nemen in de redactie van De Stem van de Familie. Ja, dat wilde ik wel proberen - in mijn beroepsmatig leven had ik wel vaker en met plezier meegewerkt aan nieuwsbrieven - en in het eerste de beste "Van de redactie" schreef Ties van de Ven, toen de adviseur, dat "nieuwe bezems inderdaad schoner vegen." Ik vond namelijk dat in de Stem van toen teveel letters stonden en te weinig plaatjes. Was ik wel trots op, die opsteker van Ties in "Van de redactie."

Meer dan 10 jaar heb ik met veel plezier kopij verzameld, zelf stukjes geschreven en illustraties gezocht. Echter, naarmate de redactie steeds minder leden begon te tellen en ook steeds minder mensen in staat waren voor kopij te zorgen, ontstond de ongezonde situatie dat het vooral op mij alleen aankwam telkens een nieuw nummer samen te stellen. Mocht ik om een of andere reden uitvallen, dan was er een probleem. Dit kon zo niet voortduren, er waren vaker momenten dat ik er tegenop zag, reden waarom ik heb aangekondigd om

bij de overgang naar een digitale Stem van de Familie terug te treden als lid van de redactie. Het geeft mij wat lucht om andere dingen die op mijn pad komen meer ontspannen op te pakken. Voor de redactie is het een verlies, dat besef ik, én een uitdaging. Ik wens de redactie dan ook veel succes met de digitale aanpak. Ik brand ook van nieuwsgierigheid hoe de nieuwe versie er uit gaat zien en of het gaat werken wat de Familieraad ervan hoopt. Ik vind het leuk om te werken aan websites, de verleiding om toch door te gaan in de redactie is er, maar daar trap ik niet in. Ik blijf overigens nog wel lid van de Familieraad, ik ben niet iemand die zo gauw wegloopt en anderen in de steek laat.

Dit novembernummer is vooral een boeknummer geworden. Het staat in het teken van overgang, overgang van gebrekkig naar beter. Overgang is daarmee een beetje synoniem voor herstel. Een overgang van een leven dat gebukt gaat onder psychische klachten, een leven in onvrijheid, naar een leven waarin je vrij bent. Misschien niet een leven geheel vrij van klachten maar wel een leven dat bevrijd is uit de klauwen van het verleden. Niet iedereen komt daarvoor terecht in de GGZ, ik weet bijna zeker dat er zeer velen zijn die op eigen kracht of met hulp van non-professionals er weer bovenop komen. Misschien loopt wel iedereen in het leven butsen en deuken op in de ziel, maar komen de meesten er wel weer bovenop dankzij anderen in de omgeving. Gelukkig zijn de meeste mensen in wezen goed.





BIJ DIT NUMMER



Neem Dan Karaty, bij velen bekend als o.a. jurylid bij *Holland's got talent*. In zijn boek *If I'm being honest* beschreef hij hoe hij van alcoholist een gelukkig man werd. Ook een overgang dus van een leven in onvrijheid naar leven in vrijheid. In dit nummer vindt u een korte beschrijving van dit boek en de achtergrond ervan. In een ander boek beschrijft Rob Edens hoe hij zelf de draad weer oppakte nadat zijn vader 40 jaar geleden een einde aan zijn leven maakte. In dat boek komen dertien lotgenoten aan het woord hoe zij verder gingen nadat een dierbare uit het leven stapte. Ook van dit boek vindt u in dit nummer een korte beschrijving en achtergrond. Marc van Pappelendam schreef een boek over zijn eigen transformatie van een man die zich verschool achter het imago van de geslaagde zakenman naar een man die laat zien wat er onder alle maskers zit. Het zou mooi zijn als meer kerels zich zouden blootgeven, zegt zij. De hobbels waar Van Pappelendam in zijn leven tegenaan loopt, maken een krasje op zijn ziel. Kleine krasjes, die krijgt iedereen wel in het leven, hetzij door je eigen manier van in het leven staan hetzij door druk van buiten. De Britse psychiater Meg Arroll schreef een boek over dat soort kleine trauma's, trauma met een kleine 't', hoe die te herkennen en hoe je daar mee om kunt gaan. En dan een boek van de bekende psychiater Jim van Os,

die samen met Stijn Vanheule een boek schreef over Psychoses. Doel daarvan is dat wij beter psychoses gaan begrijpen. In 33 vragen beantwoorden zij in dit boek de grote vragen en onderzoeken zij de misverstanden rond psychose.

Niet alleen boeken, ook ontwikkelingen binnen GGNet vermelden we in dit nummer. Ik noem er een paar. Onder de noemer HIKZ (Hoog Intensieve Klinische Zorg) zoekt GGNet naar een manier om een opname beter te integreren in de behandeling van patiënten; de bouw van het Behandelhuis op de plek waar eerst De Mate stond. Klachtenfunctionaris Helga van Silfhout vertelt in dit nummer over haar werk, wat zij aan klachten zoal hoort en hoe het gaat als je een klacht hebt. Naast de klachtenfunctionaris die in dienst is van GGNet is er ook een familie-vertrouwenspersoon in de persoon van Peter Brakel. Hij is niet in dienst van GGNet maar van de Landelijke Stichting Familievertrouwenspersonen. Wat zijn functie inhoudt kunt u ook lezen in dit nummer. Als laatste noem ik het onderzoek naar "genderdysforie" en het verbeteren van de zorg aan jongeren die hiermee worstelen.

Guus Wiegerinck



NIEUWS VAN DE FAMILIERAAD



Jij wilt toch ook gehoord worden?

De Familieraad van GGNet geeft jou een stem! Zodat jij en anderen een belangrijke rol kunnen hebben bij het herstel van jouw naaste.

Een actieve betrokkenheid van familie en naasten vinden wij erg belangrijk. Wij doen er dan ook alles aan om dit bij GGNet nog meer aandacht te geven.

Wil je weten wat wij doen? Op de hoogte blijven van onze activiteiten en welke bijeenkomsten wij organiseren?

Wij komen graag met je in contact!

Want wij:

- Horen graag jouw mening over verschillende onderwerpen, zodat wij die mee kunnen nemen naar GGNet.
- Organiseren ontspannende lotgenotenavonden.
- Organiseren bijeenkomsten over ontwikkelingen in de ggz.
- Werken aan het omzetten van onze nieuwsbrief naar een digitaal platform. Het komt bomvol informatie voor alle naasten!

Neem gerust contact met ons op! Mailen mag ook. Stuur dan je naam en contactgegevens naar ons: familieraad@ggnet.nl

Wil je ook je adres en je telefoonnummer vermelden.

NIEUWS VAN DE FAMILIERAAD

Interview met klachtenfunctionaris Helga van Silfhout



1. Wie is Helga en waarom heb je gekozen voor deze functie?

Ik ben in 2018 bij GGNet komen werken in de functie van klachtenfunctionaris. Ik was als freelancer werkzaam als mediator en vertrouwenspersoon bij diverse andere organisaties. Als klachtenfunctionaris heb ik een andere pet op maar de functies hebben wel hetzelfde doel: zorgen dat iemand die niet tevreden is weer verder kan, helpen bij het verbeteren van de communicatie en de relatie.

Als achtergrond heb ik een studie rechten, maar de procedure bij mij is vooral gericht op de relatie en niet op de regels (al spelen die op de achtergrond natuurlijk wel mee).

2. Wat is de positie van de klachtenfunctionaris binnen GGNet?

Het is belangrijk dat een klachtenfunctionaris onafhankelijk en neutraal is. Ik ben in loondienst van GGNet maar doordat ik geen vaste werkplek heb bij GGNet en geen collega's heb waar ik een band mee opbouw, kan ik die positie goed behouden. Soms kom ik een medewerker tegen die al eerder bij een klacht betrokken is geweest, maar de relatie blijft zakelijk.

3. Zijn er veel vragen en/of klachten vanuit familie en naasten?

Familie en naasten kunnen een klacht indienen namens de patiënt. Nadat ik toestemming heb van de patiënt (is die het ermee eens dat een klacht wordt ingediend?),

kan ik communiceren met de indiener van de klacht en/of met de patiënt zelf, dit stem ik af met beide partijen.

Ook kunnen familieleden en naasten een klacht indienen buiten de patiënt om. Het gaat dan bijvoorbeeld over bejegening jegens hen zelf. Of over de privacy. Dit laatste is een lastige materie. Behandelaren hebben zich te houden aan de privacyregels.

Ze mogen dus niet zonder toestemming van de patiënt informatie verstrekken over de patiënt, doet een behandelaar dit toch, dan kan dit de behandelrelatie in gevaar brengen. Als familie/naaste informatie verstrekt aan een behandelaar, bijvoorbeeld moeder zegt dat zoon alcohol gebruikt, dan kan de behandelaar dit bespreken met de patiënt, dan is dit niet vertrouwelijk. Hier werkt het dus andersom.

4. Wat is het doel van de klachtenprocedure?

Als je in conflict bent of ontevreden, kan dat enorm veel energie vreten en een goede behandeling in de weg staan. Het helpen wegnemen van de ontevredenheid is dan ook het eerste doel.

Daarnaast kan de betrokken medewerker leren van een klacht. Een volgende keer zou hij/zij het mogelijk anders doen. Daarnaast kan de organisatie leren van de klacht. De klachtenfunctionaris kan daarom gevraagd en ongevraagd adviseren. Dit gebeurt op verschillende manieren. Op klachtniveau richting medewerker en leidinggevende (die het dan binnen zijn afdeling op de agenda kan zetten). Ook is er ieder kwartaal een gesprek met de directie waarin opvallendheden en leerpunten aan bod komen.

5. Merk je dat je makkelijk te bereiken bent voor vragen en/of klachten?

Mensen kunnen mij bellen en mailen, en ze kunnen per post een klacht indienen. Ik ben niet fulltime in dienst van GGNet maar probeer wel iedere doordeweekse dag mijn mail en voicemail te checken. Meestal neem ik direct dezelfde dag contact op met de klager. Mensen reageren hier altijd erg positief op, dat zet een goede toon. Het liefst ontvang ik klachten via de mail op een klachtenformulier. Ik check meerdere keren per dag de mail en heb dan direct de juiste informatie.

6. Wat gebeurt er als iemand een klacht indient?

Ik luister naar het verhaal en stel nog wat verhelderende vragen. En vraag wat de klager zou willen bereiken met de klacht. Vervolgens stuur ik de klacht naar de betrokken medewerker(s).



NIEUWS VAN DE FAMILIERAAD



Daarnaast stuur ik de klacht naar de manager, zodat die weet wat er speelt. De medewerker geeft mij in een reactie aan wat diens kant van het verhaal is. Niet zodat ik kan oordelen, maar zodat ik weet wat beide kanten van het verhaal zijn. Ik neem contact op met de klager, soms is de reactie van de medewerker al voldoende. Soms organiseer ik een bemiddelingsgesprek, de klager kan diens verhaal doen en voelt zich dan vaak gehoord. De betrokken medewerker toont begrip voor de gevoelens van de klager, legt uit hoe en waarom het gegaan is zoals het is gegaan, biedt indien aan de orde excuus aan en kan aangeven wat die ervan geleerd heeft. Hiermee is vaak de kou uit de lucht. Als iemand echt niet tevreden is, dan kan die de klacht voorleggen aan de klachtencommissie. De klachtencommissie doet onderzoek en velt wel een oordeel, is de klacht gegrond of ongegrond.

De klachtenfunctionaris Helga van Silfhout is bereikbaar via:

- emailadres : klacht@ggnet.nl
- telefoonnummer : 088-933 4869

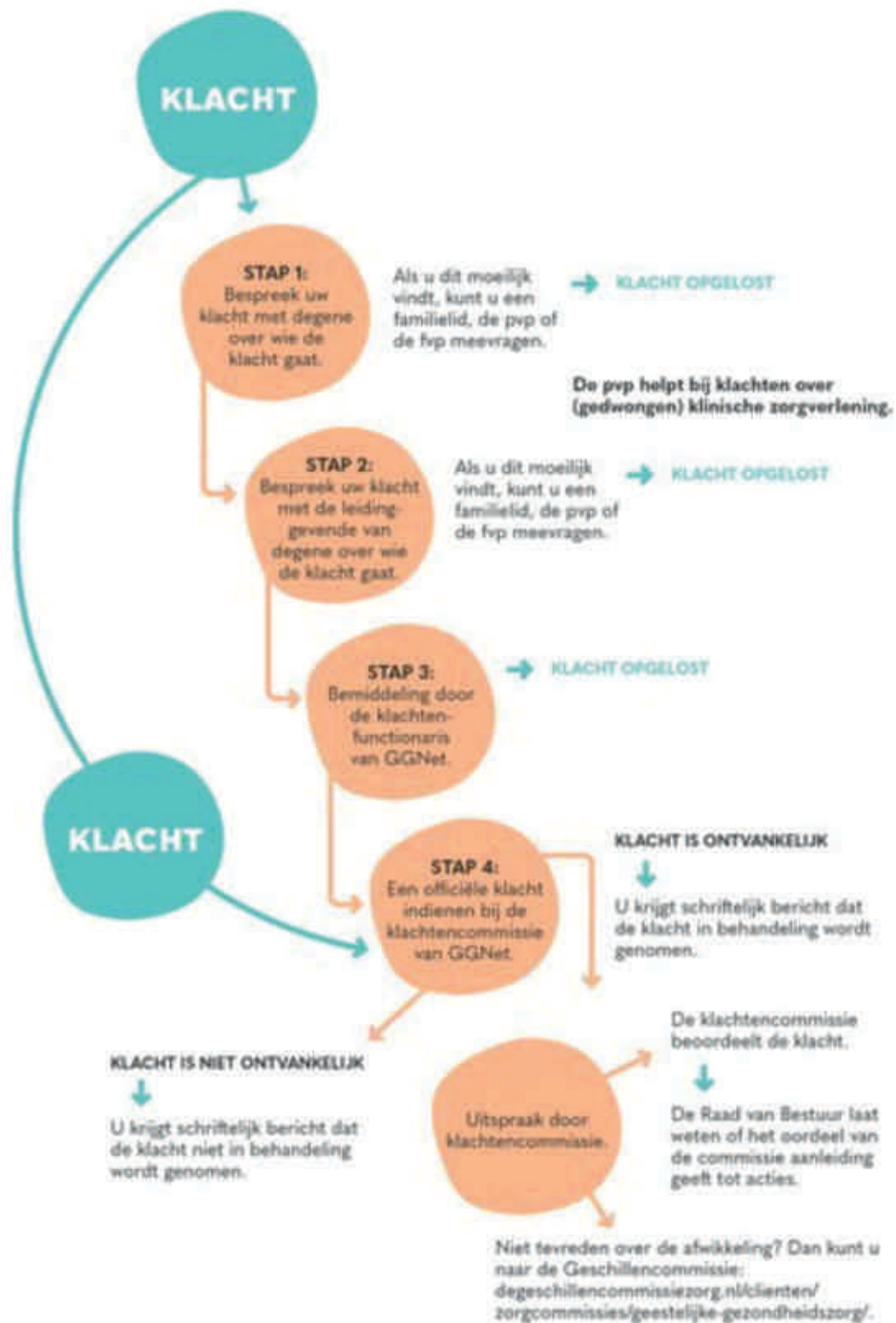
Een klachtenformulier is te downloaden via www.ggnet.nl/over-ggnet/klachten (hier is ook de klachtenregeling te vinden). Ook is het formulier verkrijgbaar bij de secretariaten en recepties van de verschillende afdelingen.

Hoe is dit interview tot stand gekomen?

De redactie heeft Helga schriftelijk vragen toegestuurd en zij heeft hierop schriftelijk gereageerd.



NIEUWS VAN DE FAMILIERAAD





HIKZ

Samen zorgen voor perspectief en continuïteit

Op 19 september jl. was Inge Kooij aanwezig bij de Familieraad om deze te informeren over het project HIKZ, ofwel de Hoog Intensieve Klinische Zorg. Op basis van mijn aantekeningen, de informatie op papier die werd uitgedeeld en tenslotte de feedback door Inge Kooij op de conceptversie van mijn artikel, is onderstaande ontstaan.

Aanleiding

Twee factoren hebben bijgedragen aan het idee van de HIKZ. De eerste factor is dat het terrein Apeldoorn wordt verkocht. De tweede factor is de constatering dat we geen 2 HIC's (High Intensive Care), van 20 bedden kunnen faciliteren. Dus kwam het idee naar boven om deze samen te brengen in Warnsveld. Dit is verder uitgewerkt tot de HIKZ.

Bedoeling is om in de HIKZ de zorg van de HIC's, IVB (Intensieve Vervolgbehandeling), VGGNet (GGNet voor patiënten met een verstandelijke beperking) en Forensische resocialisatie samen te brengen. Hiermee kan de expertise op het gebied van risicotaxatie, veiligheid en op/ en afschalen van zorg gemakkelijker met elkaar worden gedeeld, waardoor de zorg aan deze patiëntengroep verder verbeterd kan worden.

De HIKZ is nog niet af maar nog volop in ontwikkeling. Wat Inge Kooij vertelde en liet zien in de uitgereikte informatie, bestaat dan ook vooral uit goede wensen, voornemens en plannen. Hoe GGNet de HIKZ eruit wil laten zien is grotendeels beschreven, in de praktijk zal blijken wat werkt en wat bijsturing nodig heeft.

Wat is HIKZ?

Wat HIKZ wil is :

- Zolang de patiënt thuis is, de zorg zo inrichten dat
 - in overleg met elkaar, dus patiënt, familie en behandelaar, beslissen welke zorg zinvol en mogelijk is,
 - zodat opnames zoveel mogelijk voorkomen worden
 - of, wanneer opname toch op dit moment het beste is, de patiënt daar goed op voorbereiden
- Wanneer de patiënt wordt opgenomen
 - haar / hem gastvrij ontvangen
 - geen standaard zorg uit het lijstje bieden, maar zorg op maat
 - de behandelaar gaat naar de patiënt toe i.p.v. andersom.
Wanneer een andere behandeling nodig is, blijft de patiënt op de locatie waar hij/zij "woont".
De patiënt wordt dus niet verhuisd naar een ander gebouw of een andere plaats.
 - er wordt altijd samen overlegd wat nodig en wenselijk is.
- Wanneer de patiënt weer naar huis gaat - opname is **altijd tijdelijk** - of naar een andere opvangplek zorgen we voor een vloeiende overgang.





Binnen de filosofie van de HIKZ is een opname (ook wel klinische behandeling genoemd) een tijdelijk onderdeel van de behandeling die vooral thuis, in de eigen woonomgeving, moet plaats hebben. In jargon heet dat het ambulante zorgtraject.

Familie en naasten

Voor HIKZ zijn familie en naasten onmisbaar willen we persoonsgerichte zorg op maat bieden. Daarvoor zijn een paar zaken van belang:

- In alle afdelingen van GGNet eenzelfde begrijpelijk taalgebruik.
- Eenzelfde uitleg van welke soort behandelaar wat doet
- Informatie wordt geordend naar thema
- Informatie moet passend worden aangeboden. Bijvoorbeeld digitaal (mail, website etc.) maar ook analoog (op papier)
- Informatie moet begrijpelijk zijn
- Met de familiekaart naasten keuzes bieden van hoe zij betrokken willen worden bij de behandeling.

Ervaringsdeskundigen kunnen steun bieden bij verschillende momenten, zoals bij een opname, het helpen voorbereiden op een ZAG (zorgafstemmingsgesprek) of op een verlof.

Opmerkingen en vragen vanuit de Familieraad

Vooral dit onderdeel maakte vragen wakker bij de Familieraad:

1. Wat staat er in de plannen over de familie-ervaringsdeskundige???
2. Kijk naar de rol van de familie tijdens de vroegsignalering. Neem deze geluiden vanuit de familie serieus. Denk niet meteen "de familie zeurt" of "ze zien beren op de weg".
3. Hoe gaat de zorgintensivering vooraf thuis eruit zien?
4. Niet alleen de patiënt is verward, ook de familie is in verwarring!!

Guus Wiegerinck



NIEUWS VAN GGNET



Start circulaire nieuwbouw Behandelhuis Warnsveld

Op 11 september 2023 startte de circulaire bouw van een nieuw Behandelhuis op 'Groot Graffel' in Warnsveld, de hoofdlocatie van GGNet.

Op de locatie van voormalig gebouw 'De Mate' in Warnsveld komt nieuwbouw. Helemaal nieuw zal het gebouw niet zijn. Gebouw 'De Mate' is circulair gesloopt en materialen die daaruit vrij zijn gekomen worden opnieuw gebruikt.

Hoog specialistische zorg bundelen

In de nieuwbouw worden poliklinische en deeltijdvoorzieningen van onze hoog specialistische zorg gehuisvest. Hiermee bundelen we onze hoog specialistische zorg op één plek zodat een optimale samenwerking kan worden bereikt.

Bouw en planning

Jeroen Althof, commercieel manager Utiliteit bij Hollander Techniek vertelt: "Binnen het bouwteam is er gezamenlijk met GGNet gekeken om een energie technisch efficiënt gebouw te realiseren waarbij het gebruik en de flexibiliteit binnen het gebouw voor de gebruikers voorop staat. We zijn dan ook blij met deze opdracht waarbij we wederom met het hetzelfde bouwteam als bij de nieuwbouw voor de Hoog Intensieve Klinische Zorg (HIKZ) met elkaar voor een goed eindresultaat gaan."

Michel Menting, algemeen directeur van de KlaassenGroep vult aan: "De KlaassenGroep verheugt zich erop om de prettige samenwerking met GGNet voort te zetten en gezamenlijk de nieuwbouw van het Behandelhuis met zoveel mogelijk hergebruikte materialen te realiseren".

De oplevering staat gepland voor oktober 2024.

Architectuur

Margret Drok van Sacon is verantwoordelijk voor het ontwerp van het behandelhuis. Zij kreeg de opdracht om een gebouw te ontwerpen dat bijdraagt aan de zorgvisie van GGNet. Met dit ontwerp met drie vleugels en een centraal hart wordt deze visie optimaal ondersteund. Samenwerking binnen de hoog specialistische zorg waar mogelijk met ruimte voor de specifieke zorg binnen elke afdeling.

Toekomst Groot Graffel

Naast nieuwbouw van de Hoog Intensieve Klinische Zorg en de circulaire bouw van het Behandelhuis is vervanging en renovatie van een deel van de bestaande gebouwen ook onderdeel van het ontwikkelplan Groot Graffel. We ontwikkelen Groot Graffel tot een eigentijdse, prettige en veilige omgeving voor patiënten, medewerkers, bezoekers en omwonenden. Er komt onder meer ruimte voor sport en beweging, ontspanning en ontmoeting.

Meer informatie en eerdere berichtgeving is terug te lezen op: GGNet.nl/grootgraffel





NIEUWS VAN GGNET



'Ik wil de zorg verbeteren voor jongeren met genderdysforie'



Fahd el Mouhamadi rondde in de zomer van 2023 zijn opleiding tot verpleegkundig specialist af bij GGNet Jong. Voor zijn masterthesis 'Sanne wil Bas genoemd worden' deed hij onderzoek naar genderdysforie en het verbeteren van de zorg aan jongeren die hiermee worstelen.

"Wanneer iemand met mannelijke geslachtskenmerken zich vrouw voelt of als iemand van de vrouwelijke sekse zich man voelt, spreken we over transgenders. Daarnaast zijn er mensen die zich zowel man als vrouw voelen en mensen die zich als geen van beide identificeren; dat noemen we non-binair. Genderdysforie, het onderwerp van mijn afstudeeronderzoek, is de - soms ernstige - onvrede die mensen ervaren met hun geboortegeslacht. Bij GGNet Jong zien we een groeiend aantal cliënten met genderdysforie. Jongeren die hiermee kampen hebben een verhoogd risico op psychische problematiek, waaronder angst- en panieklachten, depressies, suïcidaal gedrag en zelfbeschadiging. Hun psychisch lijden wordt veroorzaakt door bijvoorbeeld verdriet of walging over het eigen lichaam, onzekerheid, onbegrip of niet geaccepteerd worden door de omgeving, discriminatie en soms zelfs psychisch, fysiek en/of seksueel (huiselijk) geweld."

Behoeftte aan scholing

"Voor mijn onderzoek heb ik GGNet-data over 2022 geanalyseerd. Die heb ik onder meer verkregen uit een digitale vragenlijst onder 35 collega's en uit interviews met ervaringsdeskundigen en behandelaars. Een aantal feiten en cijfers: behandelaars van GGNet Jong zagen vorig jaar ieder gemiddeld vijf cliënten met genderdysforie.

De gemiddelde leeftijd van deze jongeren was 15 jaar. Naar eigen zeggen heeft 68 procent van de behandelaars te weinig expertise op het gebied van genderdysforie; 30 procent geeft aan zich weleens handelingsverlegen te voelen en 79 procent heeft behoefte aan scholing. Je ziet, het is geen overbodige luxe om ons in genderdysforie te verdiepen. Hoe beter wij de problematiek herkennen en onderkennen, hoe tijdiger, passender en genderinclusiever de ondersteuning, verwijzing of behandeling die wij onze cliënten kunnen bieden."

'SAMEN BOUWEN WE AAN EEN INCLUSIEVE ORGANISATIE'

Hoe eerder, hoe beter

"Een deel van de mensen met genderdysforie wil een geslachtsveranderende operatie ondergaan. De wachttijden van de gespecialiseerde ziekenhuizen zijn echter lang; anderhalf tot drie jaar voor een eerste consult is geen uitzondering, wat een enorme mentale belasting met zich meebrengt. Maar omdat de psychische en somatische genderzorg in Nederland grotendeels gescheiden zijn, is de psychische ondersteuning van mensen die op een wachtlijst staan vaak onvoldoende. Op dit vlak kunnen huisartsen en ggz-behandelaars van grote betekenis zijn. Ook voor cliënten die geen operatie willen, is goede begeleiding en ondersteuning door huisartsen en ggz-behandelaren belangrijk. Voor veel professionals vraagt dit om het vergroten van hun expertise op het gebied van sekse, gender en seksualiteit. De noodzaak tot scholing en een nauwere samenwerking tussen genderzorgverleners zijn dan ook twee belangrijke conclusies van mijn onderzoek."

Ervaringen uit eerste hand

"Het betrekken van het systeem van de cliënt is een ander belangrijk advies. Gezinsleden maken immers ook een transitie door als hun zoon zich als dochter of hun zus zich als non-binair identificeert. Ook zij hebben vragen en twijfels, voelen wellicht ongemak of schaamte of reageren misschien zelfs met agressie. Voor een vellige sociale transitie van de cliënt - bijvoorbeeld het veranderen van de voornaam, het dragen van andere kleding, de coming-out bij familie, vrienden en op school - en de eventuele fysieke transitie is de steun van het systeem van niet te onderschatten betekenis. Daarnaast kan de inzet van ervaringsdeskundigen enorm waardevol zijn - niet alleen voor cliënten en hun familie, maar ook voor professionals. Ervaringsdeskundigen kunnen ons voorzien van informatie en adviezen uit eerste hand.



NIEUWS VAN GGNET



Wat zetten we op onze intakeformulieren in plaats van m/v? Hoe spreken we onze cliënten in brieven, op onze website en in de spreekkamer aan? Welke aanspreekvormen gebruiken we in vacatures? Door op hun ervaringen te bouwen, bouwen we aan genderinclusieve zorg en aan een inclusieve organisatie."

E-health in ontwikkeling

"Mijn onderzoek heeft me veel geleerd en ik ben dankbaar dat ik dit bij GGNet heb kunnen uitvoeren. En juist omdat we nog een wereld te winnen hebben, ben ik ervan overtuigd dat we op korte en langere termijn goede stappen gaan zetten.

Met e-health bijvoorbeeld. Ik heb al contact gezocht met Karify en een conceptmodule ontwikkeld met onderdelen als een digitaal dagboek voor cliënten, ouderbegeleiding en psycho-educatie. Het is de bedoeling dat we deze proefversie met een projectgroep verder gaan brengen. Ik zou echt nog uren kunnen doorpraten over mijn onderzoek. Dus aan iedereen die meer wil weten: spreek me aan of neem contact met me op. Ik vertel je er heel graag nog veel meer over."

Bron: website GGNet





NIEUWS VAN GGNET

GGNet start samenwerking met TZA Achterhoek

GGNet en Technologie & Zorg Academie (TZA) Achterhoek zijn sinds 19 september 2023 de samenwerking aangegaan om de inzet van zorgtechnologie en innovatieve toepassingen te bevorderen. Omdat zorgtechnologie ons een kans biedt om de druk van groeiende wachtlijsten, toenemende vergrijzing en een afnemend aantal zorgverleners tegen te gaan.

Bij GGNet hebben we sinds 2021 een Probeerservice, waar medewerkers en patiënten technologische producten kunnen uitproberen en beoordelen op hoe ze kunnen helpen bij welzijn en herstel. Dit is bedoeld om mensen bekend te maken met zorgtechnologie.

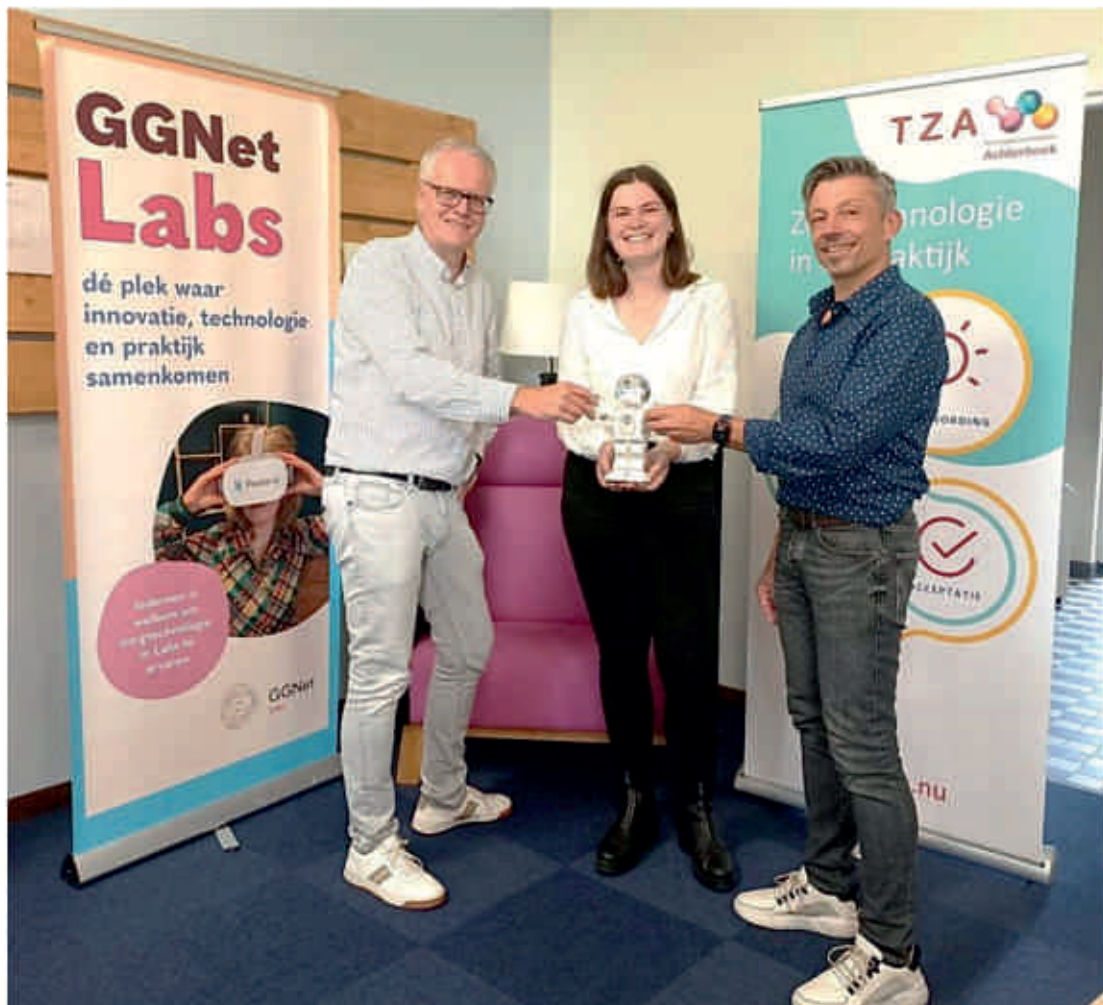
Uit ervaring blijkt dat er interesse is in zorgtechnologie, maar om deze technologieën echt effectief te kunnen gebruiken, is meer nodig dan wat de Probeerservice op dit moment kan bieden.

Vanuit hier, is de samenwerking tussen GGNet en TZA Achterhoek tot stand gekomen.

Deze samenwerking biedt verschillende voordelen, zoals gezamenlijk wetenschappelijk onderzoek, kennisdeling, kostenbesparingen bij de aankoop van producten, betere afstemming op de geestelijke gezondheidszorg, meer testmogelijkheden en efficiëntere logistiek. Ook mensen in de regio Zutphen die bij TZA Achterhoek zijn aangesloten, kunnen gebruikmaken van deze diensten.

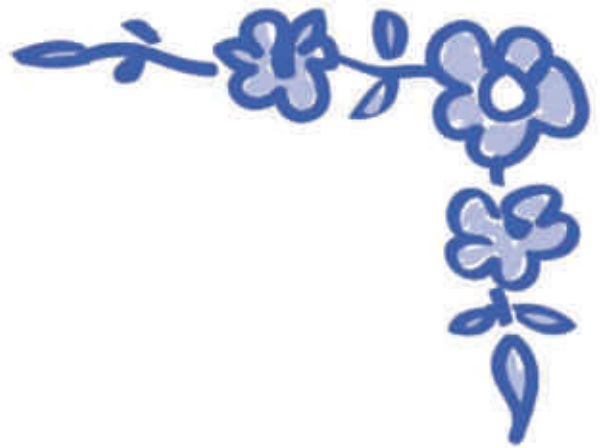
Geïnteresseerd in de Probeerservice? Via de Thuisleefbieb Technologie en Zorg Academie kun je een aanvraag indienen.

Bron: website GGNet





SPREUK



Rieke leu bunt

arme leu met geld



KOPZORGEN

Psychose begrijpen in 33 vragen

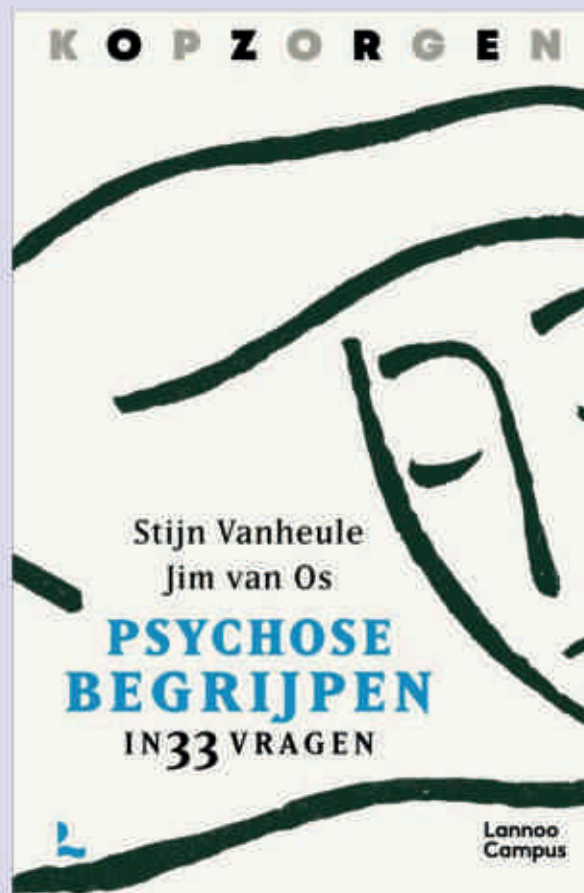
Auteur: Stijn Vanheule & Jim van Os
ISBN 9789401484060
Uitgever: Lannoo Campus, september 2022

Samenvatting:

**WAT IS PSYCHOSE WEL EN NIET?
WAT MAAK JE EIGENLIJK DOOR?
EN HOE KOMEN WE ER SAMEN UIT?**

Psychotische ervaringen gaan gepaard met verwarring en onbegrip. Niet alleen kamp je met lastige belevingen. Vaak moet je ook opboksen tegen misvattingen vanuit de samenleving en de hulpverlening. Onze denkbeelden over de oorzaken, gevolgen en behandeling van psychose zijn dan ook aan vernieuwing toe. Een gedeeld goed begrip is de eerste stap naar herstel. Psychose begrijpen in 33 vragen beantwoordt de grote vragen en onderzoekt de misverstanden rond psychose. Daarmee levert het voor het eerst een volledig, hoopvol beeld op van alle aspecten van omgaan met psychose, van crisis tot herstel: voor getroffen en zelf, voor naasten en voor hulpverleners.

Bron: <https://www.bol.com/nl/nl/p/kopzorgen-psychose-begrijpen>



Naakt

Auteur: Marc van Pappelendam
ISBN 9789493089563
Uitgever: Growingstories, september 2023

Samenvatting:

Op een dieptepunt in zijn leven besluit een voormalig Nike-directeur dat hij zijn oude patronen los moet laten. Hij gaat op zoek naar wie hij écht is, aan de hand van hulpbronnen die hij eerder nog belachelijk maakte, zoals astrologie, familieopstellingen, sound-healing, plantmedicijn en psychedelica. Drie vrouwen hebben hem naar dat bijzondere omslagpunt gedreven. Zijn adoptie moeder bevestigt zelfs na haar overlijden hoe moeizaam hun relatie is geweest. Nadat hij zijn natuurlijke moeder heeft gevonden, gooit ze eerst de deur dicht en vertelt ze hem daarna alleen maar dat hij is voortgekomen uit een verkrachting en er niet had moeten zijn. Als zijn vrouw hem na vijftig jaar dan ook nog mededeelt dat ze twijfelt of ze met hem verder wil, heeft hij geen keus meer en besluit hij zichzelf onder ogen te komen. Stap voor stap pelt hij zijn beschermende lagen af en geeft hij zich steeds meer bloot. Hij realiseert zich dat er van zijn verleden heel veel te leren valt als hij zich daarvoor openstelt en dat hij daarmee de kracht opbouwt om zijn kleuren te bekennen. Naakt is een uniek verhaal, humorvol, ontroerend en nietsontziend geschreven, over een actueel en universeel thema: het nemen van verantwoordelijkheid voor je eigen leven, zodat je kunt worden wie je bent.

In een interview met Nieke Blokhuis voor Mezza vertelt Marc van Pappelendam hoe hij van ver komt. Hij was een ongewenst kind, zijn moeder doet daarom afstand van hem toen hij nog maar 1 jaar was. Hij kwam terecht in een koel pleeggezin waarin zijn vraag om liefde niet beantwoord werd. Dat maakte van hem een angstig jongetje met een grote behoefte aan zekerheid en die paraat stond om te vluchten mocht dat nodig zijn. Maar dat alles, de échte Marc, hield hij verborgen voor anderen. Zijn hele leven leek één groot succesverhaal - getrouwd, kinderen, directeur van Nike, enz. - maar ondertussen ... Maar dan komen de Jobstijdingen en gaat hij op zoek naar zichzelf en beschrijft dat in zijn boek "Naakt".

Met deze titel wil hij aangeven dat mannen zich best wat meer bloot zouden mogen geven; dat zou mooi zijn. Van het schrijven leerde hij "... dat het niet gaat om wat mensen zeggen, maar wat eronder zit."

De reden waarom van Pappelendam niet naar een gewone psycholoog is gegaan maar zijn heil zocht in alternatieve wegen en middelen - wat hij noemt: zijn medicijnreizen -, is dat toen een van zijn dochters met een eetstoornis te kampen kreeg, zij benaderd werd vanuit een protocol. Wat hij eigenlijk zocht bij zijn vrouw en kinderen, namelijk liefde, dat hadden niet veel psychologen kunnen doorgronden, zegt Van Pappelendam in Mezza. Door die medicijnreizen is de relatie met zijn vrouw en kinderen veel beter geworden. En bij vrienden merkt hij dat zijn verhaal vaak iets raakt bij hen. "Als gesprekken blijven draaien om nieuwe auto's en werk, haak ik wel af."

Guus Wiegerinck

Bronnen

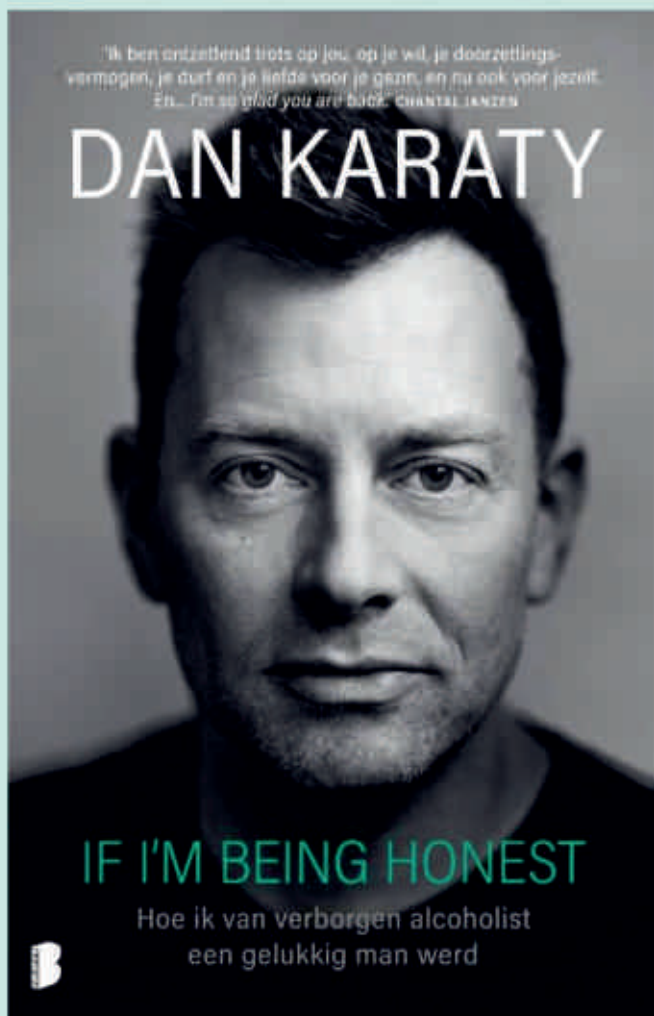
- <https://www.bruna.nl/boeken/naakt-9789493089563>
- Mezza 24 september 2023



If I'm being honest

Hoe ik van een verborgen alcoholist een gelukkig man werd

Auteur: Dan Karaty
ISBN 9789022597729
Uitgever: De Boekerij, september 2023



Samenvatting:

In dit boek vertelt Holland's Got Talent-jurylid Dan Karaty over zijn leven voor, tijdens en na zijn opname in een verslavingskliniek.

Choreograaf Dan Karaty heeft het helemaal voor elkaar: hij reist de hele wereld over en heeft geen gebrek aan feestjes, aandacht en geld. Hij komt in Nederland terecht als jurylid van So You Think You Can Dance en Holland's Got Talent en het publiek valt als een blok voor de goedlachse Amerikaan. Maar achter zijn glimlach verbergt Dan een groot geheim: hij is alcoholist.

Hoe succesvoller hij wordt, hoe meer hij gaat drinken. En zolang hij kan werken en zijn afspraken nakomt is er geen probleem, maar met dat succes komen ook meer sociale verplichtingen. Hij wordt afhankelijk van de drank en het kost hem steeds meer energie om de schone schijn op te houden.

Dan breekt de coronapandemie uit en komt hij thuis te zitten. Hij kan zich niet langer in zijn hotelkamer terugtrekken om een paar flessen wijn leeg te drinken. Maar hij kan ook niet stoppen. Voor het eerst geeft hij toe dat hij hulp nodig heeft en al snel zijn hij en zijn vrouw het erover eens dat hij moet worden opgenomen in een verslavingskliniek. Hij gaat er naartoe, niet wetend of hij bij thuiskomst nog welkom is.



In een artikel van de hand van Karlijn van Houwelingen in Mezza legt Karaty uit hoe het zover gekomen is dat hij aan de drank raakte: *"Ik probeerde mijn best te doen om iedereen te laten merken dat ik alles onder controle had. Dat alles perfect was, dat ik me geen zorgen maakte, dat alles in orde was met mijn werk, dat ik een perfecte relatie had met mijn vrouw, dat ik een spectaculaire vader was."* Verderop in het artikel vertelt Karaty te vermoeden dat hij die drang om (financieel) succes te hebben misschien wel van zijn vader heeft geleerd. *"Ik zag dat mijn vader met zijn inzet zijn doelen bereikte. Maar ergens heb ik het in mijn hoofd gehaald dat ik succesvol moest zijn."* Maar alles wat hij deed of over sprak met anderen was oppervlakkig, nooit ging het over wie je nou écht was. En dat is het grote gevaar van leven in de schijnwerpers, wanneer je succes hebt. *"We hebben het gevoel dat we de schijn moeten ophouden voor iedereen, dat we moeten laten zien dat ons leven (...) geweldig is. Het kost zoveel energie om die rol te spelen. Het is niet gezond."* Het is als het ware je ziel verkopen aan de duivel en daar ga je vroeg of laat aan onderdoor.

Over de vraag wat er nu eerder was, de angsten of de verslaving, antwoordt Karaty dat in zijn geval de verslaving er het eerst was. Waar veel patiënten gaan drinken om hun angsten de baas te blijven, was het bij hem andersom. Want wanneer hij weer eens een avond flink gedronken had, was hij de volgende dag bang dat mensen het konden zien of ruiken. Hij werd er paranoïde van en zocht overal wat achter, om doodmoe van te worden. Maar op de afkickkliniek leerde hij dat niet iedereen de hele tijd met hem bezig was. Niet bij een gesprek of tv-optreden op het moment zelf en ook niet achteraf. Hij hoefde niet bang te zijn dat iedereen hem doorhad en er wat van dacht. En op momenten dat de drang om te drinken weer de kop opsteekt, helpt het terug te denken aan wat hij in de kliniek had geleerd. Dan realiseert hij zich wat er gebeurt (*"Ah, daar is het weer"*), begrijpt hij het en blijft hij kalm. Dan zakt de spanning en gaat het over.

Zijn boek is ontstaan in de afkickkliniek. Hij moest er een dagboek bijhouden, begon tijdens het schrijven verbanden te zien en dingen te begrijpen en kwam op het idee dat hij met wat hij leerde tijdens het schrijven anderen zou kunnen helpen. En zo is het dus gekomen.

Guus Wiegerinck

Bronnen

- <https://www.boekerij.nl/producten/if-im-being-honest-9789022597729>
- Mezza 10 september 2023

Beroofd van het leven

Geluk vinden na zelfdoding van een dierbare

Auteur: Rob Edens
ISBN 9789083332499
Uitgever: Elena Publishing, september 2023

Samenvatting:

Rob Edens was in 1981 17 jaar toen zijn vader zichzelf van het leven beroofde. Totaal onverwacht - voor Rob. Hulp of begeleiding was er amper. Met hem gaat het nu - zo'n vier decennia later - desondanks best goed. Maar kun je na zo'n bruto verlies weer gelukkig worden? Edens vertelt zijn eigen verhaal. Hij interviewde daarnaast

lotgenoten over hún verlies. Nabestaanden die net als hij rouwden - en in sommige gevallen nog rouwen - om hun naaste: hun partner, kind, moeder, vader, zus of vriend. 'Ik was op slot gegaan, gevoelloos geworden' - Annet de Jong. 'Een zelfmoord van een naaste verweeft zich in je leven' - Sylvia van Dort. Rouw na suicide is echt anders, zeggen experts. Hoe dan? Wat helpt? En waar lopen nabestaanden tegenaan? Helpt het om bij elkaar te komen met mensen die hetzelfde is overkomen? In 1981 was er niets geregeld voor nabestaanden van zelfdoding. Dat blijkt nog steeds zo te zijn.



Naar aanleiding van het verschijnen van zijn boek had Christel Don een interview met Rob Edens. Het staat te lezen in Mezza van 3 september. Daarin vertelt Edens dat zijn vader in het algemeen erg stil en in zichzelf gekeerd was en hij pas na zijn dood hoorde dat hij depressief was. Hij had al eerder geprobeerd uit het leven te stappen maar was op tijd gevonden. Daarna werd erin het gezin nooit meer over gesproken, als Edens iets te weten komt komt dat via anderen. Toch blijven de vragen knagen, zoals: *"Ik vroeg me af of ik niet erfelijk belast was en net als mijn vader depressief kon raken."* En zo ja, of hij het niet aan zijn kinderen kon doorgeven. Uit dagboeken van zijn oma blijkt dat zij ook depressief was - hij was dus zelf ook erfelijk belast, maar had het niet doorgegeven aan zijn kinderen.

Als hij 48 jaar is komt de klap en moet er iets gebeuren. Terugkijkend stelt hij vast dat hij nauwelijks ergens terecht kon voor hulp, iedereen schrok ervoor terug. Over hoe je je leven weer oppakt na zoiets ingrijpends, vertelt hij in zijn boek, waarvoor hij te rade ging bij 13 lotgenoten, ervaringsdeskundigen mag je wel zeggen. In de gesprekken met hen deed hij waardevolle inzichten op zoals:

- Rouw na een zelf gekozen dood is anders, complexer en intenser dan in geval van bijvoorbeeld dood na ziekte. Op de waarom-vraag is vaak geen duidelijk antwoord te vinden of te geven is, in geval van ziekte of ongeluk is de reden duidelijker.
- Vaak wordt gezocht naar een schuldige. Edens vertelt in het interview hoe na de dood van zijn vader het gezin uit elkaar viel in plaats van dat ze steun vonden bij elkaar.

Niemand had geleerd openlijk over lastige dingen te praten. De onderlinge band kon niet worden gesteld. Was er maar zoiets als gezinstherapie geweest.

- Als je helemaal in beslag wordt genomen door de waarom-vraag, maar op een gegeven moment moet je er een punt achter zetten. *"Anders blijf je dolen"*, zegt Edens.
- Als jou zoiets ergs overkomt, kun je kiezen welke kant je op wilt gaan. Je kunt steeds maar blijven denken aan wat er allemaal is misgegaan, maar dan verzuip je erin. Of je kunt tegen jezelf zeggen: "Ik heb er alles aan gedaan, maar het is niet gelukt." Het helpt respect te houden voor je dierbare die ervoor koos uit het leven te stappen.
- Er mag best wat meer aandacht zijn voor zelfdoding bij bijvoorbeeld werkgevers, huisartsen, hulpverleners, politie of uitvaartondernemers. *"Nabestaanden zijn nog steeds erg op zichzelf aangewezen"*, zegt Edens in het interview.
- *"Denk vooral niet dat je zomaar door kan, zoals ik deed"*, is het belangrijkste advies van Edens, *"de man met de hamer haalt je altijd in. Zoek uit wat voor jou werkt."*

Bronnen

- <https://www.bruna.nl/boeken/beroofd-van-het-leven-9789083332499>
- Mezza 3 september 2023

Kleine trauma's

Wanneer je niet precies weet wat er mis is, maar niets voelt echt goed

Oorspr. titel: Tiny traumas
Auteur: Meg Arroll
ISBN: 9789400516151
Uitgever: Bruna uitgevers, juli 2023

Samenvatting:

In dit boek voor iedereen die zich 'meh' voelt en niet goed weet waarom, helpt psycholoog Meg Arroll je kleine trauma's te herkennen en aan te pakken en daardoor je meer uit je leven te halen. Kortom: **Leef niet langer op de automatische piloot, maar ga weer vol in het leven staan.**

Hoe gaat het nou écht met je? Als jouw antwoord luidt: 'een beetje bleh', 'mwoah', of 'ik weet het eigenlijk niet, weet dan dat het niet aan jou ligt. Het komt door alle blauwe plekken die je tijdens het leven hebt opgelopen. Emotionele onbekwaamheid, uitdagende familierelaties, giftige positiviteit of gaslighting (=iemand verdraait de waarheid waardoor jij aan jezelf gaat twifelen, toevoeging van de redactie) zijn allemaal voorbeelden van 'trauma's met een kleine t', die vaak leiden tot bijvoorbeeld angstklachten, perfectionisme, troosteten en slaapproblemen. Het leven hoeft niet zo te voelen. We zijn het onszelf verschuldigd om onze kleine trauma's te herkennen, te accepteren en actie te ondernemen, en het leven te leiden dat we verdienen. In De Gelderlander (19 september 2023) schrijft Sara Luijters waarom Meg Arroll dit boek schreef. De overgrote meerderheid van de mensen die haar hulp inroepen lijdt niet aan een groot of complex trauma en PTSS. Het zijn mensen die last hebben van alledaaglijkste onvolkomenheden, maar die wel krasjes op de ziel achterlaten. Maar doe je er niets mee, blijf je die negeren dan kunnen die leiden tot klachten als piekeren, slapeloosheid of depressiviteit. Om er iets mee te doen, ontwikkelde Arroll de BAA-benadering: Bewustwording, Acceptatie, Actie.

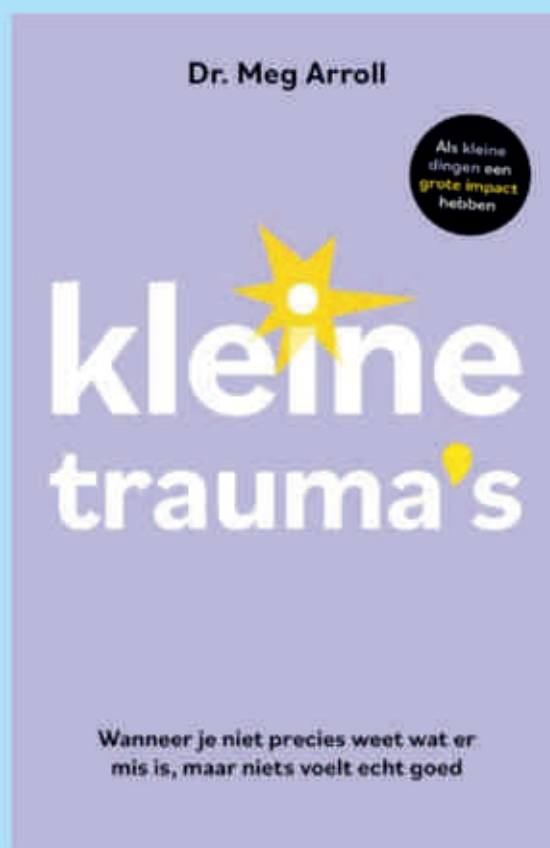
In het artikel somt Luijters tenslotte vijf mini-trauma's op die het meest voorkomen en wat je ermee kunt doen. Opvallend is dat veel van die kleine trauma's ontstaan onder druk van de Social Media en van wat je denkt dat er door anderen van je verwacht wordt.

1. Gelukkig móeten zijn
2. Stress van druk-druk-druk
3. Perfectionisme
4. Positief reageren is "verplicht"
5. Slapeloosheid

Meg Arroll is een Britse psychiater en trauma-expert. Haar aanpak is oplossingsgericht, vol tips en strategieën om makkelijker door het leven te gaan. Ze woont afwisselend in het Verenigd Koninkrijk en de Verenigde Staten.

Bronnen

- <https://www.awbruna.nl/boek/non-fictie/meg-arroll/kleine-traumas/>
- De Gelderlander 19 september 2023





familie vertrouwens persoon

voor naasten in de ggz

Heeft u vragen over **verplichte zorg**?
Zijn er problemen rondom de **crismaatregel** of
zorgmachtiging van uw dierbare?

De familievertrouwenspersoon is er voor u.

Contact

Peter Brakel

📞 06 - 25 32 26 05

✉ p.brakel@familievertrouwenspersonen.nl

Meer informatie



scan mij



De familievertrouwenspersoon

Voor wie?

De familievertrouwenspersoon ondersteunt naasten van mensen:

- » die verplichte zorg ontvangen met een zorgmachtiging of crisismaatregel
- » voor wie een zorgmachtiging of crisismaatregel wordt voorbereid
- » die zijn opgenomen op een afdeling waar ook verplichte zorg wordt gegeven

Wanneer ondersteuning vragen?

U kunt bijvoorbeeld vragen hebben over de zorg voor uw partner, kind, ouder, broer, zus of vriend. Of u weet niet waar u moet zijn, heeft een klacht of problemen in het contact met de hulpverlener of behandelaar. Misschien krijgt u de juiste persoon maar niet te pakken.

Wat kunnen wij voor u doen?

De familievertrouwenspersoon geeft u informatie, denkt met u mee, geeft advies, kan bemiddelen tussen u en de hulpverlening en als dat nodig is helpen bij een klachtenprocedure. Concreet betekent dit dat een familievertrouwenspersoon:

- » samen met u de knelpunten in de zorg en mogelijke oplossingen daarvoor op een rijtje zet
- » informatie geeft over hoe de zorg werkt en wat de formele en informele rol van naasten daarbij is
- » advies geeft over hoe u als familie of vriend kunt bijdragen aan het herstel van de patiënt
- » ondersteunt in het contact met de hulpverleners en behandelaars

- » bemiddelt als u een conflict heeft met de behandelaar of instelling
- » bijstaat bij het indienen van een klacht

Geen verwijzing en gratis

Als naaste kunt u rechtstreeks een beroep doen op de familievertrouwenspersoon. Ook heeft u geen toestemming nodig van de patiënt of betreffende behandelafdeling. Onze dienstverlening kost u niets.

Onafhankelijk

Familievertrouwenspersonen doen er alles aan om u als naaste zo goed mogelijk verder te helpen. Zij zijn in dienst van de Landelijke Stichting Familievertrouwenspersonen. Dit houdt in dat zij onafhankelijk zijn van de ggz instelling, van de geneesheer-directeur en het behandelteam.

Vertrouwelijk

De familievertrouwenspersoon noteert alleen de gegevens die nodig zijn om uw hulpvraag te behandelen. Niemand mag deze gegevens inzien behalve de familievertrouwenspersoon en uzelf.

Ook de behandelaars niet.

Contact

Peter Brakel

06 - 25 32 26 05

p.brakel@familievertrouwenspersonen.nl



ALGEMEEN NIEUWS



Helft van zorgvragers geweigerd bij ggz

Een kwart van de Nederlanders lijdt aan psychische klachten. Toch is de ggz ontoegankelijk voor mensen die dringend hulp nodig hebben. Dit blijkt uit onderzoek door Bureau Lenz in opdracht van MIND dat is gehouden onder het MIND ggz-panel. De helft van de respondenten die na 2021 hulp zocht, werd de toegang tot een of meerdere behandelingen geweigerd.

De helft van hen kreeg te horen dat zij te complex waren, een derde hoorde dat er geen passend zorgaanbod was. Dit nadat een ruime meerderheid van de respondenten al langer op de zorg moest wachten dan de maximale afgesproken tijd. De peiling bestond uit een onderzoek onder 297 respondenten van het MIND ggz-panel.

Geen hulp geboden

Uit de peiling blijkt dat iets meer dan de helft van de respondenten (53 procent) door één of meerdere zorgaanbieders werd geweigerd. Bijna de helft van hen kreeg dit direct bij aanmelding te horen, een kleiner deel (22 procent) tijdens of direct na het intakegesprek en 27 procent pas in een nog later stadium. In meer dan de helft van de gevallen vond de zorgaanbieder de problemen te complex en bij een derde was het argument dat er geen passend zorgaanbod was. Ook blijkt uit het onderzoek dat 80 procent van de respondenten langer op zorg moest wachten dan de afgesproken maximale wachttijd. Tijdens deze te lange wachttijden, kreeg slechts 37% een vorm van overbruggingshulp.

Belemmeringen door zorgverzekeraars

Naast de wachttijden en afwijzing door zorgaanbieders, kunnen ook zorgverzekeraars drempels opwerpen die de toegang tot zorg belemmeren. Bijvoorbeeld door extra kosten als de zorgverzekeraar geen contract heeft afgesloten met de gekozen zorgaanbieder. Bijna driekwart van de respondenten heeft gebruikgemaakt (of gebruik willen maken) van een gecontracteerde zorgaanbieder. Slechts acht procent heeft zich gewend tot een niet-gecontracteerde zorgaanbieder. Onder hen is de eigen bijdrage voor niet-gecontracteerde zorg vervolgens de meest genoemde reden om de behandeling niet te starten. Opvallend is dat de respondenten bovengemiddeld vaker een restitutiepólis hebben (27 procent) ten opzicht van het landelijk gemiddelde van 10 procent.

MIND start petitie

De noodzaak voor verandering is hoog. Directeur Dienne Bos: "Als we het zorgstelsel beter inrichten, kunnen we veel leed voorkomen. De vorige negen kabinetten zijn niet in staat geweest de problemen in de ggz op te lossen. Dat moet beter. Daarom starten we vanuit MIND vandaag de petitie 'Niemand mag onnodig psychische lijden.'" MIND zal de petitie na de Tweede Kamerverkiezingen van 22 november aanbieden aan de nieuwe Tweede Kamerleden met de oproep om het zorgstelsel beter in te richten.

Bron: Skipr Redactie 18 september 2023



Lourdes geeft veel energie, er komen diepe emoties los

Nee, dit is geen poging u te bekeren. Ik las in de krant over de ervaring van Wanda Beemsterboer in Lourdes, in een artikel geschreven door Pim Roelofs. Daarin las ik hoe zingeving en geloof hand in hand kunnen gaan met psychische zorg en elkaar kunnen versterken. Dat wilde ik u niet onthouden.

Ik ben zelf in mijn tienerjaren in Lourdes geweest, niet als pelgrim, niet als brancardier maar als gewone toerist op vakantie. Ook ik verwonderde me over winkeltjes in de straten van Lourdes, winkeltjes vol met prullaria van rozenkransen en plastic flesjes in de vorm Mariabeeldjes die je kunt vullen met Lourdeswater. Maar op het terrein van de heiligdommen merkte ik daar niets van. Het meeste deed me de lichtprocessie in de avond, een vreemd soort ontroering voelde ik bij het horen en zien van al die mensen biddend om steun in moeilijke dagen. Al lezende in het artikel zag ik dat levensbeschouwingen, en rituelen in het bijzonder, een positieve bijdrage kunnen leveren aan herstel. GGZ en geloof kunnen hand in hand gaan, elkaar versterken bij het herstel van mensen met psychische problemen. En dat in weerwil van alle gevallen dat godsdienst en geloof ook erg ziekmakend waren - want dat kan ook.

Het artikel in de krant vertelt hoe Beemsterboer sinds 2016 als ervaringsdeskundige meereist met groepsreizen van de stichting *Pelgrimage Slachtoffers Geweldsmisdrijven (PSG)*. Ervaringsdeskundige omdat zij zelf een dochter heeft, Nadia, die is vermoord. Doel van de reizen is zoeken naar spiritualiteit en verbinding in verbondenheid met andere slachtoffers. Een van hen is Judith Hendriks, moeder van Silke die in 2019 werd vermoord. Zij zegt: *"Je deelt hetzelfde leed en de reis heeft mij echt goed gedaan."* Over een andere deelnemer vertelt Beemsterboer: *"Zo was er een paar jaar geleden een vrouw mee naar Lourdes die na de moord op haar dochter bijna emotieloos door het leven ging. In Lourdes brak ze en dan ben je blij dat er ook altijd iemand mee is van PSG. Lourdes voelt voor haar als een bevrijding."*

Je hoeft niet vooraf al iets met Lourdes te hebben, of katholiek te zijn. Beemsterboer is niet katholiek opgevoed en haar beeld van Lourdes was vooral dat van een commercieel gebeuren.

Maar er zijn genoeg stille plekjes waar je - samen met anderen - tot bezinning kunt komen. De moeder van de vermoorde Silke vertelt dat ze niets had met Lourdes maar achteraf vond ze het toch bijzonder; ze is namelijk vrolijk teruggekomen. *"Er zijn afgelopen jaren wonderen gebeurd. Of het met de plek te maken heeft of dat het toeval is? Ik denk het eerste. Lourdes geeft veel energie en daar komen diepe emoties los,"* zegt Beemsterboer.

Toen zij in 2015 voor het eerst naar Lourdes ging was dat op uitnodiging van Jan van Lieverloo, hoofdaalmoezenier van Defensie. Die vroeg zich af of een pelgrimage helend kon zijn voor slachtoffers van geweldsmisdrijven. Ja dus. *"Je kunt ellende niet wegnemen, maar dat betekent niet dat wij als nabestaanden geen plezier meer in het leven kunnen hebben. We hebben in Lourdes gehuild, maar ook ontzettend gelachen met elkaar,"* zegt Beemsterboer op het eind van het artikel. Over herstel gesproken!

TV-uitzending

Het verhaal van de in 2019 vermoorde Silke is eind december van dit jaar te zien in de driedelige documentaire *Francis naar Lourdes*. Daarin reist operazangeres en comédienne Francis van Broekhuizen naar Lourdes en sprak daar o.a. met de moeder van Nadine. De documentaire wordt uitgezonden door de KRO-NCRV. Data en tijden zijn nog niet bekend.

Guus Wiegerinck

Bron: De Gelderlander - katern Liemers, 22 september 2023



AGENDA

Wereldlichtjesdag'

Op 'Wereldlichtjesdag' wordt stilgestaan bij de overleden kinderen die we meedragen in ons hart en in verbondenheid in het licht zetten.

Jaarlijks, op elke tweede zondag in december, wordt 'Wereldlichtjesdag' gehouden. Op deze dag, om 19.00 uur 's avonds, steken mensen over de hele aarde kaarsjes aan ter nagedachtenis aan, op welke wijze dan ook, overleden kinderen. De wereld wordt zo even letterlijk wat lichter voor mensen die een kind verloren hebben. Daarnaast is er het besef dat je niet alleen bent met je verdriet.

Worldwide Candle Lighting' is ontstaan in Amerika in 1997. Inmiddels worden er nu op de hele wereld op de tweede zondag van december om 19.00 uur lokale tijd kaarsen gebrand voor overleden kinderen. Omdat we in verschillende tijdzones leven is het idee dat er die dag ieder uur ergens op de wereld kaarsen worden aangestoken voor een overleden kind. Ook in Nederland wordt deze dag gehouden, dit jaar op 11 december.



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 ongeloof, 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 groeps gesprekken 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 Wvz (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 en voor De Meent en de bungalows op terrein Warnsveld). Tel. 06-57601049. Mail: a.egberink@pvp.nl
- Anoeke Gorter (voor regio Warnsveld (behalve De Meent en de bungalows) / Zutphen en de Achterhoek). 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 velt 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 vorm van individuele gesprekken, een cursus of gespreksgroep, of ondersteuning via internet. Ook richt Preventie zich op kinderen/jongeren die opgroeien in een gezin waarbij een ouder of broer/zus een stoornis of beperking heeft. Voor een volledig overzicht van het preventieaanbod voor familieleden verwijzen we u naar de site www.ggnet.nl/preventie.

Voor meer informatie en/of aanmelding kunt u contact opnemen met het secretariaat van GGNet Preventie, tel. 088 9331180.

ZELFMOORDPREVENTIE 113

Denk je weleens: 'Ik stop er gewoon mee?' Praten helpt. Bel 0800-0113 (gratis en anoniem) of chat via www.113.nl

Anoniem, vertrouwelijk en 24/7.

Sinds 1 juli 2020 is 113 Zelfmoordpreventie ook bereikbaar via het telefoonnummer 113 (niet gratis, wel anoniem).

Het 'oude' nummer 0900-0113 (anoniem) blijft bestaan. Bellers betalen hiervoor hun gebruikelijke telefoonkosten.



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:

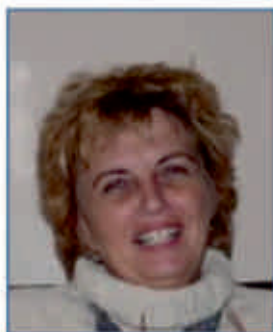
Postcode en woonplaats:

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 winstoogmerk, 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