

Regionieuws

Februari 2012



Ypsilon afdeling Eindhoven & De Kempen

Afwijkend gedrag kan psychisch zijn...



... met ons kunt U
erover praten



Inhoud

Agenda	pag. 3
Redactioneel	pag. 4
Uitnodiging regioavond februari	pag. 5
Verslag ledencontactavond 13 december	pag. 7
Klankbordgroep casemanagement	pag. 10
Jaaroverzicht	pag. 11
Even voorstellen	pag. 12
Oudere leden van Ypsilon, opgelet!	pag. 14
Woningen voor mensen met een psychotische kwetsbaarheid	pag. 15
Hij kwam toch nog	pag. 16
Een hond als beste medicijn	pag. 20
Wegwijs bij Ypsilon	pag. 22

Even noteren in de agenda

De eerstvolgende Regio-avonden.

*Dinsdag 14 februari Thema : "Focussen op mogelijkheden van mensen"

*Dinsdag 13 Maart Leden-contactavond

Het volgende nummer van het Regionieuws komt uit begin April 2012

Kopij s.v.p. insturen vóór 22 Maart

Thema avonden Labyrint/In perspectief.

*Donderdag 15 Maart: Onderwerp: De familie vertrouwenspersoon

*Donderdag 7 Juni: De W.M.O.

Zie ook onze vernieuwde website:
www.ypsiloneindhoven.nl

Redactioneel



In dit regionieuws passeert natuurlijk 2011 de revue. Hebben we als Ypsilon iets bereikt? Zo hier en daar wel. De tendens die zich de laatste jaren al inzetten, de triade (het samenwerken van zorg, cliënt en naastbetrokkenen) lijkt enige vorm gekregen te hebben. Dat blijkt niet alleen uit het *verslag van de ledencontactavond van 13 december*, ook uit het feit dat er een *klankbordgroep casemanagement* is.

Moeten we ons zorgen maken om de toekomst? Daar lijkt het wel een beetje op, het stukje *Jaaroverzicht* is somber. Grote bezuinigingen zijn op komst en de zorg zal zich moeten reorganiseren met alle problemen die dat met zich mee gaat brengen. We zullen de vinger aan de pols moeten houden. Daar hebben we gelukkig een klankbordgroep voor en ook de mogelijkheid om ons te laten horen op de avonden voor naastbetrokkenen, georganiseerd door het casemanagement en niet te vergeten onze eigen Regioavonden van Ypsilon.

Ons bestuur heeft grote veranderingen ondergaan in 2011. We zullen het zonder Hendrik Brunt moeten doen. Zijn inzet en betrokkenheid is plotseling weggevallen. Ook Johan Blom heeft zich teruggetrokken uit het bestuur. De redactie van het regionieuws heeft hiermee een deuk opgelopen. Gelukkig blijft hij nog even tot steun, ook tijdens de regioavonden.

Piet van der Linden heeft zich opgeworpen als nieuw bestuurslid en we kunnen in dit blad *kennis met hem maken*.

In 2012 komen er hopelijk meer mogelijkheden voor onze naasten om zelfstandig te kunnen wonen. In Uden zijn er al *woningen voor menseneen psychotische kwetsbaarheid* kant en klaar.

Anoniem zijn de stukjes *'Hij kwam toch nog'* en *'Een hond als medicijn'*. Sla ze niet over en denk er eens over om ook zoiets te schrijven dat uw lotgenoten tot steun kan zijn. Het Regionieuws komt weer uit in april. Tot 22 maart kunt u kopij insturen naar Redactie Regionieuws, p.a. Ypsilon Eindhoven en de Kempen
Kronehoefstr. 21-29 5612 HK Eindhoven



Uitnodiging Regioavond 14 februari 2012

Locatie:	Conferentiecentrum van Landgoed 'De Grote Beek' hoofdingang Boschdijk 771 te Eindhoven
Parkeren:	De richting naar parkeerplaats en conferentiecentrum wordt met Ypsilonbordjes aangegeven
Aanvang:	20.00 uur
Thema:	'Focussen op mogelijkheden van mensen'
Spreekers:	Ria Trinks en Gee de Wilde 'werkgroep Langdurige Zorg'

Het motto van de thema-avonden in het voorbije jaar bepaalde ons bij een algemeen aanvaard gegeven, dat 'onze' mensen - en niet alleen zij - om zelfstandig te kunnen leven, afhankelijk zijn van de hulp van anderen -. Als een logisch vervolg op dat thema willen wij de komende regioavond aandacht schenken aan mogelijkheden, die afhankelijkheid zo ondersteunen, dat hieruit een meer zelfstandig handelen haast - als vanzelfsprekend moet ontstaan. Wat dat betreft zal aan de langdurige zorg op verblijfsafdelingen nog het nodige veranderd en verbeterd mogen worden. Om daar zicht op te krijgen hebben enkele mensen een werkgroep gevormd met als doel - het bevorderen van initiatieven,

die mensen met een lang durende zorgvraag kunnen verleiden een eigen perspectief in hun leven te ontwikkelen. Als mensen daarbij - vanwege hun kwetsbaarheid de beschutting van een intramurale voorziening nodig hebben, dan zal die voorziening aan voorwaarden moeten voldoen die de bewoners in staat stellen een kwalitatief goed leven te leiden. De werkgroep heeft plaatsen bezocht die aan die eis goed beantwoorden .

Ook heeft de werkgroep proberen te beschrijven wat voor bewoners belangrijk is. Hulpverleners, maar ook familieleden zijn al heel gauw geneigd in te vullen wat goed, of slecht is voor hem/haar. Heel begrijpelijk, want zij (wij) zien, dat hij/zij een ongezond eetpatroon heeft en te weinig beweging heeft. Hoe moeilijk is het dan om zo te reageren, dat het bij hem/haar geen verzet oproept. Wellicht door je in zijn/haar situatie te verplaatsen....? Lukt ons dat? Misschien niet, maar daar gaat het ook niet om. Het gaat er om dat 'onze' mensen het recht hebben keuzes te maken over veiligheid, relaties, wonen, daginvulling, werk, ontspanning. Zij willen fatsoenlijke huisvesting, voeding, lichamelijke verzorging, kleding. Aan dat recht mogen wij niet voorbij gaan. Immers, deze basisvoorzieningen zijn nodig om zelfstandig(er) te kunnen leven.

Mevrouw Trinks en de heer de Wilde, gangmakers in genoemde werkgroep gaan de komende regioavond met ons in gesprek over hun visie op de kwaliteit van langdurige geestelijke gezondheidszorg. Een uitermate belangwekkend onderwerp, dat ons allen moet mobiliseren tot daden, samen met de hulpverleners.

Graag nodigen wij u uit deze avond mee te maken.

Nieuwe bezoekers kunnen vragen om een kennismakingsgesprek met een vertrouwenspersoon.

Namens de taakgroep Regioavonden,

Johan Blom (avondvoorzitter)

Verslag leden-contactavond 13 december 2011.



Voorzitter Geertje Boon heet de leden van harte welkom. De opkomst was zeer matig. Mogelijk omdat de post het regionieuws te laat bezorgd heeft.

Als eerste is het overlijden van Hendrik Brunt herdacht. Wij zijn zeer aangedaan door het plotselinge verlies. Onze penningmeester, een vriendelijk punctueel en spitsvondig bestuurslid, is niet meer. In de afscheidsdienst heeft Jan Wouters namens Ypsilon gesproken. Geertje Boon heeft op déze avond de door haar geschreven tekst nogmaals gebracht om op deze wijze Hendrik te gedenken. Het jaar 2011 werd onder de loupe genomen.

Financiën /begroting 2012

De kascontrole over het jaar 2010 is door Wies Groenewegen en Ruud Douglas gedaan en is goed bevonden. Komend jaar zullen Ruud Douglas en Arda Keizer de jaarcijfers van 2011 controleren. Geertje Boon presenteert de begroting namens Hendrik Brunt. De begroting laat zien dat er minder inkomsten worden verwacht uit donaties en subsidie en voor de maandelijkse regioavonden hogere kosten gemaakt moeten worden. In het voorbije jaar zijn we ondanks de kosten voor de jubileumviering uit de rode cijfers gebleven.

Organiseren van de regioavonden.

Johan Blom en Olga Berger hebben de maandelijkse regioavonden georganiseerd. Aan de hand van het thema “om zelfstandig te kunnen leven ben je afhankelijk van de hulp van anderen”, zijn deskundige sprekers uitgenodigd. Op de lotgenoten-contactavonden loopt dit thema ook als een rode draad door de groeps-gesprekken.

De aanwezigen zijn tevreden over de inhoud van de bijeenkomsten maar er wordt uitgesproken dat het jammer is dat de opkomst soms klein is terwijl er met moeite gezocht is om een leerzame invulling aan de avond te geven. In 2011 zijn er vijf thema-avonden, een filmavond, drie gespreksgroepen/contactavonden en twee

inloopavonden geweest. Het 25-jarig bestaan van Ypsilon is op 8 november naar ieders tevredenheid gevierd. Het thema “GGzE als bondgenoot” blijkt een goede keuze. Het sluit aan bij waar we door de groei van Ypsilon en GGzE samen uitgekomen zijn. Na 25 jaar wel te verstaan! Er is samenwerking op bestuurlijk niveau, klankbordgroep casemanagement en triadeavonden. De avond verliep gladjes. Een soepele begeleiding, goede sprekers, afgewisseld met acapella-koor, hapjes drankjes etc . Dit heeft een feestelijke viering gebracht samen met 120 bezoekers.

Verslag bijeenkomsten.

Van iedere regioavond is er verslag gemaakt. De notulisten worden hiervoor bedankt en gelijk komt er de vraag aan leden die ook een steentje willen bijdragen, om eens een verslag te maken.

Gespreksleiding.

Dank aan de gespreksleiding op de gespreksgroepen contactavonden en speciale dank aan Olga Wijnen en Ine van de Berg van het centrum psychotische stoornissen GGzE, voor de gegeven steun.

Team belangen behartiging.

Dank aan Maria Ankersmit die aandacht en informatie geeft aan nieuwe bezoekers. Jan Wouters die de vertrouwenscontact telefoon bedient en naasten helpt bij ontstane problemen of een luisterend oor biedt.

Het bewijst in 2011 ook weer het nut van dit bestaan ook al is in het algemeen de problematiek minder ernstig geworden door meer familiegericht werken door GGzE.

De info- en boekentafel.

Dank aan Wies Groenewegen en Ton v.d Heuvel.

Ze staan er steeds weer om de leden te bedienen in letterland.

Ledenbestand.

Dank aan Henk Staal die op accurate wijze het ledenbestand bijhoudt!

Regionieuws.

Het blijkt een echt teamwerk te zijn. De artikelen, verslagen en berichten worden in platte tekst bij Olga Berger ingeleverd. Zij tovert dit samen met Henk Staal om,

tot het vertrouwde regionieus met behulp van de drukkerij. Het regionieus staat ook op onze website. Piet- en zijn broer Joep v.d. Linden dragen hier zorg voor. Henk Staal en Jo Mateussen zorgen voor het verzendingswerk. Hartelijke dank aan dit team.

Website.

Dank aan Piet van de Linden, ons nieuwe bestuurslid. Hij beheert de website die zo prachtig is uitgebreid en goed wordt onderhouden. Een informatiebron van toenemend belang in deze tijd van snelle berichtgeving.

P.R.

Loes Schinning heeft ook in het afgelopen jaar gezorgd voor de goed geformuleerde berichten over onze regioavonden in plaatselijke kranten. En droeg zij zorg voor de postbuslichtingen. Voor die activiteiten willen wij Loes hartelijk bedanken.

Organisatie Regioavond.

Dank aan de leden die op onze avonden voor de technische voorzieningen zorgen zoals geluid en videoapparatuur etc. Ook aan Jo Mateusen, bijgestaan door Tonnie Van Elderen, die voor koffie/thee en fris zorgen. Als ook aan het cateringbedrijf en de ruimte voor samenkomst van de GGzE.

Dank aan onze voorzitter Geertje Boon de coordinator/manager van Ypsilon Eindhoven en de Kempen, die veel voor onze organisatie in touw is.

Aandacht voor het komend jaar.

- Wie helpt mee met de bestuurlijke taken nu Johan Blom zich terugtrekt en de lege plaats van de penningmeester is ontstaan?
- Hoe gaan we verder?.... Het twee sporen moet nog invulling krijgen. Rob v. Kol (ACT lotgenotengroepen) heeft zich als bestuurslid teruggetrokken.
- Er wordt een commissie gevormd, die moet nagaan op welke wijze het beoogde doel met het tweesporenbeleid binnen Ypsilon gerealiseerd kan worden.

Maria Ankersmit

Klankbordgroep casemanagement.

De klankbordgroep is ontstaan uit een promotieonderzoek van Pejman Darvish naar de tevredenheid van naastbetrokkenen over het GGzE. Twee jaar geleden is er een enquête gehouden onder leden van Ypsilon en Labyrint/In perspectief. Na de promotie van Pejman werd het duidelijk dat er behoefte was aan meer contact met het casemanagement en is er een klankbordgroep ontstaan, die bestaat uit naastbetrokkenen vanuit Ypsilon en Labyrint/In perspectief en het case management.

Tijdens de bijeenkomst komen er zaken naar voren waardoor de zorg voor onze naaste verbeterd kan worden. De geneeskundige zorg is bijvoorbeeld aan bod gekomen en ook de tandartsenzorg. Ook het contact van naasten met het GGzE is belangrijk en vooral in de weekenden was de bereikbaarheid moeilijk. Naar aanleiding van het onderzoek en geluiden vanuit de klankbordgroep heeft het casemanagement vorig jaar op een van onze regioavonden gesproken en geluisterd naar onze leden. Als direct gevolg is er een betere bereikbaarheid tijdens de weekenden georganiseerd, de wachtruimte in Den Elzent is aangepast en de triadekaart is uitgeprobeerd. Voor sommige casemanagers werkt die uitstekend, andere casemanagers vinden een andere manier om de triade te bewerkstelligen. Hoe dan ook, er is meer aandacht voor de triade. Het casemanagement streeft er bijvoorbeeld naar om twee keer per jaar een avond voor naastbetrokkenen te organiseren. Degenen die er naar toe gaan, zijn over het algemeen enthousiast. Daarnaast komt de klankbordgroep vier keer per jaar bij elkaar.

Het casemanagement zal in de loop van volgend jaar een grote verandering ondergaan vanwege de bezuinigingen. Hoe die veranderingen er uit gaan zien, is nog niet duidelijk. In de klankbordgroep kunnen we de vinger aan de pols houden, niet wat betreft beleid, maar we kunnen er kwijt waar we tegen aangelopen zijn, dingen die mislopen, die beter kunnen.

Vanuit Ypsilon zitten in de klankbordgroep: Olga Berger, Ruud Douglas en Piet van

der Linden. Tijdens de regioavonden kunt u zaken over het casemanagement die minder soepel verlopen onder hun aandacht brengen, zodat ze die in de klankbordgroep kunnen bespreken.

Olga Berger



Uit het 'Jaaroverzicht' van de politie...



Zo aan het begin van het jaar komen er zoals gewoonlijk allerlei cijfers in het nieuws waarbij het voorafgaande jaar vergeleken wordt met de jaren ervoor. Op 7 januari melde het NOS journaal dat het vuurwapengebruik van de politie gestegen was. In 2010 waren er 26 schietincidenten, in 2011 schoot de politie 30 keer. Daarbij vielen vijf doden. Bij vier van die doden ging het om geestelijk verwarde mensen. Ook onder de gewonden waren mensen die psychische problemen hadden. Zo werd bijvoorbeeld in augustus een man die met een mes zwaaide en die volkomen in de war was, door een agent in zijn been geschoten.

Een politiewoordvoerder zegt: 'Wat opvalt de laatste paar jaar is dat bevoegd vuurwapengebruik door de politie toeneemt en het aandeel noodweer afneemt. Dat komt door de verharding van de maatschappij. Er wordt daadkracht gevraagd van de politie. Er wordt niet meer gewacht tot er voldoende versterking is om iemand te overmeesteren, de aanwezige agent dient in te grijpen. De politiewoordvoerder sluit niet uit dat het aantal schietincidenten in 2012 zal stijgen. 'Door de bezuinigingen in de gezondheidszorg, met name in de geestelijke gezondheidszorg, komen er meer mensen op straat met psychiatrische of psychische problemen. Daar hebben niet alleen de burgers last van, ook de politie. Het risico

dat geestelijke verwardheid ontaart in geweld waarbij soms geschoten moet worden, is zeker niet uit te sluiten.'

De wet maakt het bijna onmogelijk om in te grijpen bij de eerste signalen van verwardheid. Pas als iemand een gevaar voor zichzelf is of voor de omgeving, komt de hulpverlening in actie. Meestal moet er dan iets gebeuren, klein geweld of... groot geweld. De familie heeft meestal al lang in de gaten dat er iets mis is, maar kunnen alleen maar afwachten en hopen dat er toch een moment van inzicht komt en ons familielid zich vrijwillig laat behandelen. Dat moment komt lang niet altijd. Vaak loopt het behoorlijk uit de hand. En... misschien moet het wel steeds verder uit de hand lopen, misschien is er geen geld meer om bij klein geweld in te grijpen. Is het langzamerhand zover gekomen dat onze familieleden nog meer gevaar lopen? Komt het zover dat de kogels hen om de oren vliegen? Of moeten we met samengeknepen billen afwachten of de verwardheid waar ons familielid soms tijdelijk aan ten prooi valt, uitmondt in groot geweld?

Wil je reageren op dit artikel, mail je reactie dan naar BergerOlgaM@cs.com



Even voorstellen.



Piet van der Linden (1947), sinds kort lid van het ypsilon-bestuur.

Ik heb twee familieleden met een psychotische kwetsbaarheid, waar ik me samen met GGzE en GGZ Oost Brabant, familie en vrienden verantwoordelijk voor voel en regelmatig contact mee onderhoudt.

We eten o.a. een paar keer per week samen bij mij thuis, doen boodschappen, eten een enkele keer buiten de deur, drinken samen koffie, laten samen de hond uit op het uitlaatveld. Ik probeer

mee te denken bij het oplossen van hun problemen. Door dit regelmatige contact wordt ik door hen als 1e of 2e gebeld als er iets is. De ondersteuning door het ACT team (GGzE) en vanaf begin december 2011 het Case Management (GGzE) was en is onmisbaar.

Mijn activiteiten voor cliënten en naastbetrokkenen bij GGzE:

Lotgenotengroep ACT en Case Management.

Sinds ± 4 jaar bij een lotgenotengroep voor mensen die een naaste hebben met psychische problematiek. Een paar jaar bij het ACT team met als gespreksleiders Rita Veerman en Rob van Kol. Sinds een half jaar bij een lotgenotengroep van Case Management met als gespreksleiders Ine Hakkens en Jos van Hoof.

Sinds ± 2 jaar bij de klankbordgroep van het ACT team. Hierin zitten ex-clieënten, naastbetrokkenen, spv'er, programmamanager en psychiater. Alles wat niet goed loopt of beter kan, wordt besproken en waar mogelijk verbeterd.

Sinds kort in de klankbordgroep van Case Management met dezelfde samenstelling.

Sinds ± 2 jaar in de cliënten-familie afdeling van "Het Roer Om".

"Het Roer Om" is een project dat bedoeld is om samen te zoeken naar mogelijkheden en activiteiten om de dwang en drang binnen de GGzE te helpen verminderen.

Dwang en drang, zoals gedwongen medicatie en/of separatie, kan een traumatische ervaring zijn voor de cliënt, maar is vaak ook zeer belastend voor mede cliënten en personeel. Echter niets doen kan tot vervelende/gevaarlijke incidenten leiden voor cliënt, mede cliënten en personeel. Het zoeken naar de beste alternatieven met liefst geen of met de minste dwang is het doel van het project Het Roer Om.

Het samen met mijn broer onderhouden en ontwikkelen van de website van www.ypsiloneindhoven.nl. Informatie die we vinden en familie/naastbetrokkenen kan ondersteunen, proberen we zo snel en goed mogelijk op de

website te krijgen.

Regelmatig volg ik een cursus of thema dag(deel) om vaardigheden te onderhouden/verbeteren. Verder neem ik deel in het project “naasten voor naasten” met als initiatiefnemer Rob van Kol.

Doel van dit project is om familie/naastbetrokkenen van een cliënt in crisis te laten ondersteunen door een Familie Ervarings Deskundigen (FED).

Een Familie Ervarings Deskundige (FED) is een familielid/naastbetrokkene van iemand met psychische problematiek die zich daarnaast ook bijgeschoold heeft.

Verder denk ik mee bij de ontwikkeling van het High Care project van de GGzE, een onderdeel van het project Het Roer Om.

Piet van der Linden



Oudere leden van Ypsilon, opgelet!



Er is een groep oudere leden die niet tot weinig meer op de regioavonden van Ypsilon komen. De redenen zijn ons gedeeltelijk bekend. De gehoorde belemmeringen zijn:

- In het donker niet meer van huis willen gaan.
- Moeite krijgen met de heftige verhalen en pijnlijke herbeleving.
- Geen energie meer om jongere leden te ondersteunen.

Onze gedachte is nu om een ouderengroepje te vormen dat 1 x per maand op een middag samen komt op een geschikte plaats die goed bereikbaar is met openbaar vervoer.

Het doel van deze bijeenkomst is:

- Behoefte om emoties te delen t.a.v. de zieke naaste.
- Het bespreken van zorgen voor de toekomst .
- Het liefdevol in contact blijven met je zieke naaste.

Kortom zoeken naar rust en het gevoel hebben dat je ook in de laatste fase van je leven niet alleen bent met deze moeilijke opgave.

Dit alles onder de vlag van Ypsilon.

Ik zou de komende week graag horen welke mensen hier gebruik van zouden willen maken. zodat ik al dan niet, verder zal werken aan dit plan.

Maria Ankersmit telefoon 040 2435441 (rond 18.00 uur)



Grijp uw kans.

In Uden worden 15 appartementen gebouwd voor mensen met psychotische kwetsbaarheid. Deze groep woningen worden op 1 april opgeleverd en er zijn nog enkele plaatsen beschikbaar. Dat is wellicht een kans voor uw zieke naaste.

De appartementen zijn groot: ongeveer 80 vierkante meter, exclusief berging en balkon/terras. De begeleiding zal plaats vinden door ASVZ, een zorgaanbieder die ervaring heeft met deze doelgroep in Breda ('de Terp'). De woningen worden verhuurd door SVU-wonen. De appartementen zijn gelegen op een mooie plek in de wijk Velmolen-Oost. (zie SVU-wonen.nl/projecten).

Wij denken dat deze appartementen geschikt zijn voor mensen met psychotische kwetsbaarheid in de leeftijd van 25 jaar of ouder, die ' In rustiger vaarwater terecht zijn gekomen' Voor de verhuur van deze appartementen is- als de bewoner niet veel verdient- een huurtoelage beschikbaar van ongeveer € 250 per maand.

Mijn zoon heeft onderdak gevonden in Symfonie te Den Bosch. Hij en ik zijn daar elke dag nog erg blij mee. Mijn zoon krijgt goede zorg. Mijn gezin wordt ontlast. Hij heeft een voorziening voor de tijd als wij er als ouders niet meer zijn. Bovenal heeft hij mensen om zich heen waarmee hij samen op kan trekken. Er worden activiteiten voor hem georganiseerd. Er wordt gezocht naar vrijetijdsbesteding en zo mogelijk naar werk. Hij is niet langer op zich zelf en ons aangewezen.

Voor sommige zelfstandig wonende cliënten kan deze groepsgewijze vorm een uitkomst bieden. Hij/zij kan beschikken over een eigen woning en toch gezelschap vinden. Dus: grijp de kans. Dit soort voorzieningen wordt niet elk jaar gerealiseerd. U kunt meer informatie vinden op www.chapeau-woonkringen.nl. Daar staan ook de toelatingscriteria en hoe u zich kunt aanmelden. Laat niet teveel tijd voorbij gaan, want de selectie en voorbereiding vragen enkele maanden de tijd.

L.J.M. Hulsebos, voorzitter Chapeau-woonkringen (06 51510166)



Hij kwam toch nog.

De kerstdagen, mijn verjaardag en oudjaar zijn voorbij gegaan. Op nieuwjaarsdag komt Leo de trap af. Mijn hart slaat een paar slagen over. Hij heeft hier geslapen zonder dat ik het wist. Het liefst wil ik hem de huissleutel afpakken, zodat hij me niet meer zo kan laten schrikken. Mensen met schizofrenie kunnen niet tegen emoties, de hulpverleners vertellen me dat steeds weer en ik dwing mijn hart om rustiger te slaan.

‘Gelukkig Nieuwjaar,’ zeg ik en ga op mijn tenen staan om hem te kussen. Hij draait zijn hoofd af, dus zak ik terug op de grond. ‘Koffie?’ vraag ik terwijl ik me

voorbereid op een sneer. Hij begint de dag altijd met koffie. Als hij niet in orde is, mag ik geen overbodige vragen stellen. 'Graag,' zegt hij en loopt achter me aan naar de keuken. Ik druk de knop van het senseo-apparaat in. Het brommende apparaat zal me maar heel even redden van de snijdende stilte die gaat vallen. Ik besluit mijn toevlucht te nemen tot babbelen. Soms werkt dat om het ongemakkelijke tussen ons te doorbreken. De laatste maand bestond het contact uit korte telefoontjes waarin hij me opdroeg om geld over te maken en mailtjes waarin hij me verweet dat ik mijn eigen zoon honger liet lijden.

'Het vuurwerk was geweldig, gisterenavond,' zeg ik en zet een kopje onder het apparaat. Nu komt het erop aan. 'Ik heb een paar van de zwevende lampions gezien,' zegt hij terwijl hij de suikerpot pakt. Er valt een last van me af. Babbelen kan er mee door. Hij loopt voor me uit naar de huiskamer en houdt de deur voor me open. Het kan zelfs gezellig worden, hij is attent. Voor ik met mijn twee kopjes naar binnen kan gaan, komt er een kwispelend bolletje wol de kamer uit.



'Shebba,' roept Leo uit. Hij glimlacht en bukt zich om het hondje te aaien. Ik stap over Shebba heen die zich op de rug heeft gerold en zich kronkelend van blijdschap laat aaien. Mijn hart begint te gloeien. Eigenlijk ben ik ook zo blij. Ik zet de kopjes op de salontafel en schuif op een stoel. Hij ploft op de bank, het enige meubel waar Shebba ook op mag. Daar had ik moeten gaan zitten, deze stoel staat er het verst vandaan en Leo kiest altijd de plek die zover mogelijk van een ander af is. Als hij maar tegen Shebba's enthousiasme kan. Het is moeilijk te verdragen als hij haar lomp van de bank af duwt.

Ik pak mijn kopje en zet het weer terug. Ik hoor hem al zeggen: 'Mam, moet je nou zoveel herrie maken als je een slok koffie neemt.' Hoe voorzichtig ik ook slik, hij hoort het en het irriteert hem.

Shebba springt naast hem en drukt zich tegen hem aan. Hij aait haar.

Door mijn hoofd spoken vragen. Wat doet hij met zijn geld? Slikt hij zijn pillen? Eet hij genoeg? Hij kan zo akelig lijnen om de bijwerking van de medicijnen te compenseren. Hoe lang blijft hij? Wil hij zich nog steeds...? Zelfs in mijn hoofd

maakt de vraag zich niet af en het heeft toch geen zin om hem te stellen. Ik mag blij zijn dat hij er is, dat hij zich mijn adres herinnerde en dat hij weet dat ik zijn moeder ben. Weet hij dat wel vandaag of heeft iets anders hem naar huis gebracht? Wil hij me dwingen om geld te geven? Als hij niet in orde is, dan is hij akelig slim. Dan doet hij een beetje leuk om me te paaien. Ik kan hem geen geld geven. Wie weet wat hij ermee doet. Misschien is hij aan de coke of iets anders verslavends.

‘Nog proficiat,’ zegt hij. Ik glimlach.

Hij staat op, komt naar me toe en geeft me een kus. ‘Het cadeau komt nog. Ik moet drie keer in de week naar het GGZ om medicijnen te nemen, gisteren had ik een afspraak.’ Ik was eergisteren jarig, maar ik weet dat reizen vermoeiend is. Al die mensen, al die indrukken. Hij gaat terug naar de bank. Zijn blonde haar is nog langer geworden. Het hangt bijna tot op zijn heupen. Hij lijkt niet magerder dan vier maanden geleden. ‘Morgen is er een oliebollenschaaktoernooi,’ zegt hij.

‘Ga je daar aan meedoen?’ vraag ik. Vorig jaar heb ik gewonnen, ik moet mijn titel verdedigen.’ Of hij werkelijk gaat schaken of dat hij bij het GGZ moet zijn is de vraag, maar hij gaat vanavond weer weg. ‘Leuk,’ zeg ik.

‘Ik ben bezig met het bouwen van een webpagina en ik heb nu een eigen server. Kost driehonderd euro in de maand.’ Gaat daar het geld naar toe? Driehonderd euro is zonde van het geld, maar dan kan hij zich niet ook nog coke permitteren.

De kamerdeur gaat open. Mijn dochter. Leo doet mee met een spelletje, geeft haar maar een keer een sneer waar ze wonder boven wonder niet op reageert. Hij blijft eten. Terwijl ik de afwas in het machine zet, komt hij naar me toe. ‘Ik ga,’ zegt hij. ‘Veel plezier morgen.’ Hij slaat zijn armen om me heen en kust me. ‘Ik kom vol-

gende week.' 'Is goed,' zeg ik.

Ik zwaai hem uit. Misschien duurt het weer vier maanden voordat ik hem zie. Het is niet slecht met hem, maar echt Leo is hij ook niet.

Ervaringen van een moeder, die lacht door haar tranen heen.

In memoriam

Rien van Rixtel

* 11 maart 1927 ----- + 27 januari 2012

Met een gevoel van droefheid namen wij kennis van het overlijden van onze oud-voorzitter Rien van Rixtel.

Vooraf Ypsilonleden uit de jaren van- en na de oprichting zullen zich Rien herinneren als een gedreven bestuurder; een vechter, waar het ging om de belangen van familieleden.

Velen hebben Rien ervaren als een doorzetter, een man die wist wat hij wilde, maar bovenal een vriend, waarvoor je sympathie voelde.

Met de Ridderorde van Oranje Nassau, die hij bij het tienjarig bestaan van onze Ypsilonafdeling kreeg opgespeld, werd o.a. zijn inzet voor Ypsilon, bekroond.

Rien was een man, die deugde.

Met veel waardering blijven wij aan hem terugdenken..

Voor Ria, kinderen en hun familie zal het moeilijk zijn deze fijne man te moeten missen. Wij wensen hun veel sterkte om dit verlies te kunnen dragen.

Leden en bestuur van Ypsilon, afdeling Eindhoven & De Kempen

Een hond als beste medicijn.

Het leven van Francien leek hopeloos. Na diverse opnamen door psychoses, afgewisseld met depressieve perioden waarin ze veel joints rookte, zag ze het niet meer zitten. Ze had niets om haar bed voor uit te komen. Geen baan meer, vrienden kwijt en ook nog vervelende bijwerkingen van de anti-psychose medicijnen. Familieleden en hulpverleners probeerden haar te steunen, maar het haalde niet veel uit. Totdat iemand Francien vroeg: ‘Wat zou voor jou het leven leuker maken?’. Vanaf dat moment veranderde alles.*

“Ik zou wel een hond willen”, was haar spontane antwoord. Daarmee gingen haar naasten en de hulpverlening aan de slag. Eerst waren er een paar goede gesprekken met Francien. Het zou immers voor de hond erg vervelend als hij telkens naar een opvang moest tijdens opnames. Maar Francien was vastbesloten: ze ging goed voor het hondje zorgen en zou heel erg haar best doen om opnames te voorkomen.



Enthousiast

Bij een hondenfokker werd een leuke pup uitgezocht, die een paar weken later groot genoeg was om naar Francien te verhuizen. Ze kocht een mand, riem, hondenbrokken en hondenspeeltjes. Voor het eerst sinds tijden was ze weer eens enthousiast! Ze verheugde zich enorm op de komst van de pup. Toen die er eenmaal was, kwam het erop aan: zeven dagen per week naar buiten met de hond, in het begin wel vijf keer per dag – en vaak al om 8 uur 's ochtends. Maar dat deed ze; want voor de pup was niets haar teveel. Bovendien volgde ze enkele hondencursussen, waar ze met veel geduld het hondje leerde luisteren.

Op zijn beurt gaf de hond veel terug. Francien was nooit meer alleen, hij was altijd blij als hij haar zag en het uitlaten zorgde ervoor dat ze volop buiten de deur kwam. Bovendien stelde de hond geen moeilijke vragen over psychoses, werk enzovoorts. Voor sommige mensen zijn honden veel makkelijker in de omgang dan mensen!

,
Geen psychoses

Sinds de aanschaf van de hond heeft Francien geen enkele psychose meer gehad. En misschien nog wel belangrijker: ze ziet het leven weer zitten. Ook heeft ze weer contact met haar vrienden; die zijn blij dat Francien weer een beetje de oude is. Af en toe heeft ze nog zin in heel veel joints, maar het blijft bij gedachten. Ze wil beslist niet het risico lopen dat ze wordt opgenomen, want dat is erg vervelend voor de hond. Om dezelfde reden stopt ze niet met haar anti-psychose medicijnen, hoewel ze dat soms wel zou willen. Hopelijk dat het nieuwe medicijn waar ze in overleg met de psychiater pas mee begonnen is, uitkomst biedt. Als het goed is, heeft dat minder bijwerkingen.

**De naam Francien is niet haar werkelijke naam.*



Farmacotherapie bij Psychiatrische Patiënten

Paul H.M. van Dongen, *Psychiater*
Prof. Dr. Anton J.M. Loonen, *arts/klinisch farmacoloog*

Frederik Hendriklaan 95
5212 BC 's-Hertogenbosch
Tel. +31 (0)73 6143747

Karel Doormanlaan 3
5242 BN Rosmalen
Tel. +31 (0)73 5213799

Wegwijs bij Ypsilon, afdeling Eindhoven & de Kempen*www.ypsiloneindhoven.nl***VERTROUWENS CONTACTTELEFOON:**

Jan Wouters

Tel. 06-1213 98 96

Belangenbehartiging:

Jan Wouters (individuele en structurele knelpunten)

tel. 040-262 47 09

Maria Ankersmit (nieuwe bezoekers)

tel. 040-243 54 41

Postadres:Ypsilon Eindhoven en de Kempen
Kronehoefstraat 21-29
5612 HK Eindhoven**VOORZITTER:**

Geertje Boon

tel. 06-5339 10 20

PENNINGMEESTER:

Vacant

tel. (040) 253 66 47

ING bankrekening no. 3928050 t.n.v. Ypsilon Eindhoven

LEDENADMINISTRATIE:

Henk Staal

tel. (040) 241 58 63

e-mail:henkstaal@hetnet.nl

REGIONIEUWS REDACTIE:

Olga Berger

tel. (040) 285 93 56

e-mail: bergerolgaM@cs.com

Johan Blom (a.i)

tel. (040) 252 26 55

Henk Staal

tel. (040) 241 58 63

WEBSITE BEHEER:

Piet van der Linden

tel. (06) 516 20 736

PUBLIC RELATIONS:

Loes Schinning

tel. (040) 251 74 10

TAAKGROEPEN (COÖRDINATOREN):**THEMA-AVONDEN EN GESPREKSGROEPEN:**

Olga Berger en Johan Blom

FamilieVertrouwensPersoon (FVP) bij de GGzE

Hans Weijmans, tel 06 53 35 27 32

'Opmaat' Stichting voor beheer van geld en goederen

Ypsilon is een landelijke vereniging met regionale afdelingen en 7000 leden. De afdeling Eindhoven & De Kempen is er één van. Ypsilon behartigt de belangen van naasten van mensen met een psychotische kwetsbaarheid.

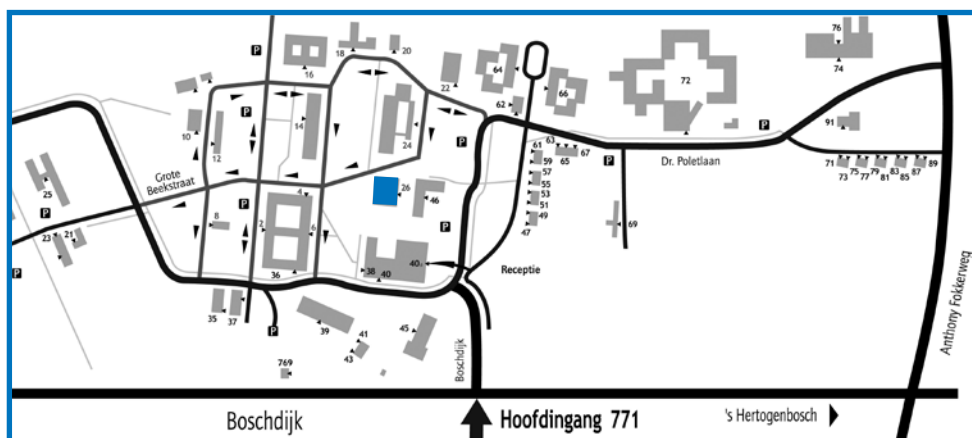
DE NAAM YPSILON

De naam Ypsilon verwijst naar het gebrek aan voldoende aandacht van de maatschappij voor onze zieke familieleden. In die zin verwijst de naam naar de letter Y (Ypsilon, 'Griekse IJ') in het alfabet, die ook als buitenbeentje wordt beschouwd. Hoewel het tijt keert is nog veel te doen. Onder het motto 'Afwijkend gedrag kan psychisch zijn...' wil de afdeling Eindhoven & De Kempen van Ypsilon proberen lotgenoten te bereiken. Dat gebeurt:

- via de media
- door maandelijks regio-avonden te houden
- door -zoveel als mogelijk is- gezamenlijk het hoofd te bieden aan de zorgen en problemen, die deze ziekten met zich meebrengen
- door op te komen voor de belangen van de familie en andere betrokkenen
- door voorlichting op het gebied van de geestelijke gezondheidszorg; alleen al de ziekte schizofrenie wordt door deskundigen als een 'volksziekte' aangemerkt.

Als u meer informatie wilt, kunt u contact opnemen met onze Vertrouwenspersoon 06-1213 98 96. Of u kunt geheel vrijblijvend de in dit blad aangekondigde regioavonden bezoeken.

HIER VINDT U YPSILON...



YPSILON STELT ZICH TEN DOEL:

1. Familie- en andere betrokkenen van mensen met psychotische kwetsbaarheid met elkaar in contact te brengen om ervaringen te kunnen uitwisselen.
Hiertoe worden regioavonden georganiseerd.
2. Familie- en andere betrokkenen te helpen, om -ondanks hun zorgen en problemen- toch een eigen evenwicht in het leven te behouden, of -te hervinden.
3. De belangen van familie- en andere betrokkenen te behartigen.



YPSILON AFDELING EINDHOVEN & DE KEMPEN

(opgericht 2 september 1986)

www.ypsiloneindhoven.nl

ADRES LANDELIJKE VERENIGING YPSILON:

Postbus 715, 3000 AS Rotterdam

Tel. (088) 000 21 20

www.ypsilon.org