



BEWAREN NOTEREN BEWAREN

Telefoon 020 470 04 74

januari, februari, maart en april 2009

Beste mensen,

Allereerst willen wij u een goed 2009 toewensen, d.w.z. een jaar waarin u en uw zieke familieleden niet al te veel hinder en verdriet in uw en hun leven zullen ervaren van die afschuwelijke ziekte, die wij toch nog steeds schizofrenie noemen, alhoewel daarover de opvattingen bij herhaling veranderen. Het gaat voor ons om een soms zo gruwelijke en onbegrijpelijke werkelijkheid, dat er nooit onderzoek genoeg kan zijn.

Bij de GGZ (en) is er veel in beweging. Er gebeuren dingen, waar wij heel boos en verdrietig van worden, en er zijn ontwikkelingen, die hoop geven. Over het eerste is al zoveel geschreven, dat wij dat hier nu maar niet herhalen. Wel willen wij u met klem vragen om misstanden of ellendige situaties, die u opmerkt, ook aan ons door te geven, zodat wij kunnen inventariseren en er achteraan kunnen gaan.

Een wat hoopvoller tweede punt betreft de vergrote aandacht voor de activiteiten van (ex)psychiatrische patiënten, die in het gewone arbeidsproces eigenlijk geen kans hebben. Zo kennen wij o.a. de Windroos in Amstelveen, de Waterheuvel van Mentrum, de bierbrouwerij de Paerl (nieuw adres: Oudezijds Voorburgwal 30 tel.: 4084470), het restaurant Freud, het Eicomplex voor de muziek, de Uitgeverij Tobi Vroegh en de Homeservice voor klussen.

Misschien nog wat minder bekend, de uitleengalerie: Beeldend Gesproken (www.beeldendgesproken.nl) aan de Borgerstraat 102 in Oud West. Hier wordt werk van patiënten tentoongesteld, verkocht en verhuurd aan iedereen, die maar geïnteresseerd is. De galerie wordt nu nog gesteund door Mentrum, maar het is de bedoeling dat de galerie uiteindelijk zelfstandig zal kunnen blijven bestaan. Gezien de kwaliteit van het werk moet dat mogelijk zijn, en het zou fijn zijn als ook wij, familieleden daar naartoe gaan, kijken, huren of kopen. Moniek Cornelissen en collega spannen zich met succes in om werk te verhuren aan grote en kleine bedrijven, ook in de regio. Kortom een prachtige onderneming, die ik u van harte kan aanbevelen, en die uw steun verdient. Open: wo, do, za v. 13.30-1700 uur en volgens afspraak tel.: 020-6121847. Namens de werkgroep, Heleen van Os

Oproep

2009 is het jaar waarin Ypsilon 25 jaar bestaat.

Eén van de acties is een stand op de Huishoudbeurs in de RAI; van zaterdag 14 tot en met zondag 22 februari staan we daar van 11.00 tot 18.00 uur; op donderdag 19 en vrijdag 20 februari van 11.00 tot 22.00 uur. Dat vraagt voor die dagen twee ploegen. Wij zoeken 40 vrijwilligers!

De toegangsprijs voor bezoekers: € 19,95, 65+: € 14,45.

Per dag is voor 6 vrijwilligers de toegang gratis. Reiskosten worden vergoed.

*Vrijwilligers kunnen zich opgeven in Voorburg, tel.: 088 000 21 20. Per e-mail: jubileum@ypsilon.org
Namens de Jubileumcommissie: Grietje Santing.*

Afscheid

*Vijf jaar geleden nam ik afscheid, wegens gezondheidsredenen, als lid van de werkgroep. Niet van de bureaugroep: daar heb ik tot nu toe op de maandagmiddag hand- en spandiensten verricht. O.a. het vormgeven van deze nieuwsbrief behoorde tot mijn taken. Nu is de tijd gekomen ook van de bureaugroep afscheid te nemen. Bij deze wil ik graag de leden van Ypsilon heel veel sterkte voor de toekomst wensen en de leden van de bureaugroep bedanken voor de plezierige samenwerking! Het ga jullie goed,
Frieda Verduijn*

BELANGRIJKE ADRESSEN

FVP, Familievertrouwenspersonen:

Olga Gorbatsjewa tel. 06 1105 31 78

e-mail: olga.gorbatsjewa@arkin.nl

Kees Kooij tel.: 06 1130 07 62

e-mail: kees.kooij@arkin.nl

Hulp voor familieleden en mantelzorgers van cliënten van AMC De Meren, GGZ Buitenamstel, Mentrum/Jellinek en HVO/Querido.

Markant, steunpunt Mantelzorg Amsterdam en Diemen.

Margreet Zickhardt, contactpersoon

GGZ, familie/mantelzorgers,

tel.: 020 886 88 00

m.zickhardt@amsterdamthuiszorg.nl

Werkgroep Wonen. Wie een betere Woonvoorziening nodig heeft voor een familielid met schizofrenie kan

bellen naar Niko Kuijper

tel. 020 694 90 10

e-mail: info@oase.nl

Steunpunt GGZ, PGB (Persoons Gebonden Budget) en Crisiskaart,

tel.: 020 577 79 76 en 06 16 54 89 10

U wordt te woord gestaan in het Nederlands,
Antiliaans, Papiamento, Spaans, Turks en
Engels.

e-mail: steunpunt@apcp.nl

Tandarts

Stichting Afdeling Bijzondere Tandartsenzorg
Louwersweg 1, 1066 EA Amsterdam.

Tel.: 020 518 84 50.

De afdeling SBT behandelt psychiatrische
patiënten na verwijzing door huisarts of
behandelaar.

Amsterdam Thuiszorg Thuisbegeleiding

Cordaan, tel.: 020 886 00 00

Tussen 9 en 11 over problemen met de zorg
Team manager: mevrouw Rita van der Poel,
tel.: 020 886 00 80

Combizorg, afdeling Gespecialiseerde Verzorging (weigerings zorg binnenlaten).

Tel.: 020 572 11 20

Agis, Zorgservice nummer 0900 266 94 63
wachtlijsten of verblijf in het buitenland.

Meldpunt Zorg en Overlast

Tel.: 020 552 44 42

Gespreksgroep

Gespreksgroep voor moeders en vaders start
bij een minimum van zes deelnemers o.l.v.

Jannie de Langen en Ineke Verhagen.

Opgeven via tel.: 020 470 04 74

Zussen/broers ván in Amsterdam organiseren
eetgroepjes. Een keer in de zes weken. Er zijn
er al drie. Opgeven: msvanham@hotmail.com

Volwassen kinderen-ván

Labyrint-In Perspectief biedt gespreksgroepen
aan voor volwassen kinderen van een ouder
met psychiatrische problemen.

Informatie en aanmelden bij Yvonne Croese

tel.: 020 679 08 92

Kind-ván, 15 tot 29 jaar

contactpersoon: Anne van Tijen.

e-mail: amvantijen@yahoo.com

Marokkaanse Familieleden van, contactper-

soon: Horia Boutahar, h.boutahar@rocva.nl

Lotgenotengroep Marokkaanse familieleden:

Allal Sallou, tel.: 06 3494 16 76

SOICRA, persoonlijke begeleiding en loopbaanbegeleiding aan mensen met een psychische beperking

Ook voor steun bij PGB aanvragen.

Tel.: 020 640 14 12/06 4233 00 75

carolina@jong.demon.nl

Voor klussen: Homeservice

Door en voor mensen met een psychische
beperking. Tel.: 020 626 09 69

info@homeserviceamsterdam.nl

Stichting Scriebie Wiekie

Lotgenoten voor Surinaamse migranten.

Tel.: 020 777 05 00

ginabraafheid@chello.nl

Muziek

Workshop voor cliënten, Ei-complex, Wencke-
bachweg 115.

Tel.: 06 5553 76 30 www.ei-complex.nl

Iedere derde dinsdagavond van de maand
heten wij u van harte welkom op de open
bijeenkomsten in de nieuwe **Mentrum kliniek,**
1e Const. Huygensstraat 38,
te bereiken met:
tramlijn 1, halte 1e Const. Huygensstraat,
tramlijn 3 en 12, halte: Overtoom.
Buslijn 170, halte Concertgebouw, overstappen
op lijn 3 of lijn 12.

Ontvangst vanaf 19.30 uur!
Het programma begint om 20.00 en duurt tot
ca 22.00. uur.
Als er een spreker is, dan is er in de - lange -
pauze gelegenheid om persoonlijke vragen te
stellen aan de leden van bureau- en werk-
groep. Ook is er een uitgebreide brochuretafel.
N.B.: let op gewijzigde locatie!

PROGRAMMA
JANUARI, FEBRUARI, MAART EN APRIL 2009

- DINSDAG 20 JANUARI
Spreker: (Open) Nieuwjaarsbijeenkomst, waarbij wij elkaar veel kunnen vragen en vertellen, o.a. over wonen. Niko Kuijper zal ook aanwezig zijn.
- DINSDAG 17 FEBRUARI
Spreker: Mr Michiel G. van Ravesteyn, notaris, spreekt over bekende en onbekende aspecten van het erfrecht, in verband met de problematiek van psychiatrische patiënten.
- DINSDAG 17 MAART
Spreker: De Heer Jaap van Weeghel, directeur Kenniscentrum Rehabilitatie, zal vertellen over IPS, Individuele Plaatsing en Steun, bij het vinden van passende bezigheden.
- DINSDAG 21 APRIL
Spreker: De Heer Bert Stavenuiter, directeur van het Landelijk Bureau van Ypsilon, komt de promotie DVD over Ypsilon vertonen en toelichten.

ANOIKSIS

N.B. Het is niet de bedoeling dat mensen die lijden aan chronische psychose of schizofrenie zelf de bijeenkomsten van Ypsilon bezoeken. Zij kunnen terecht bij **ANOIKSIS**, de vereniging van mensen die lijden aan schizofrenie. Het kantoor is gevestigd: Gansstraat 67, 3582 EC Utrecht, Tel.: 030 254 61 53 en 030 254 61 18, fax: 030 254 61 53.
Het lidmaatschap van Anoiksis met inbegrip van abonnement op "**OPEN GEEST**" kost 16 euro.
De familie kan ook donateur worden!
Amsterdam heeft een eigen afdeling.
Inlichtingen: Gijs Padberg, tel.: 06 4031 26 46
e-mail: gijs_padberg@hotmail.com

AMSTERDAMSE VRIENDENDIENSTEN EN REGENBOOGGROEP.

Vraag om een (sport)maatje, of naar vrijwilligerswerk. Tel.: 020 683 92 60
www.vriendendiensten.nl

BUREAUGROEP/TELEFOONDIENST

Elke maandag-, dinsdag- en donderdagmiddag van 13.30 tot 16.00 uur kan ons kantoor gebeld worden (**020 470 04 74**). De leden van de bureaugroep luisteren met begrip naar uw persoonlijke vragen en problemen. Zo mogelijk zoeken zij samen met u naar een oplossing. Op afspraak kan een persoonlijk gesprek plaatsvinden.
Bij geen gehoor kan men op werkdagen van 10 tot 16 uur naar Ypsilon te Voorburg bellen (**088 000 21 20**).

Voor deelname aan groepen en cursussen kan men zich schriftelijk, telefonisch of per e-mail opgeven.

IAV, Training Interactievaardigheden

De cursussen worden georganiseerd in samenwerking met het AMC.
Zeven avonden voor ouders/familieleden.
Minimum aantal deelnemers 16.

Cursus Emotionele Weerbaarheid,

o.l.v. Wilko Vriesman,
7 x op vrijdagmiddag.
Minimum aantal deelnemers 6.
Start in februari 2009.

BEGELEIDING VAN NABESTAANDEN NA EEN ZELFDODING

Elke woensdagmiddag is op het bureau Mauritskade 22 C , tel.: 020 470 04 74 een vast team aanwezig voor telefonische opvang van mensen, die een familielid door zelfdoding hebben verloren. Het team bestaat uit Ypsilonleden die zelf ook nabestaanden zijn. Op woensdagmorgen is er, na afspraak, gelegenheid voor een persoonlijk gesprek. Op de laatste woensdagmorgen van de maand, 28 januari, 25 februari, 25 maart en 29 april, vinden er bijeenkomsten plaats van 11.00 – 13.00 uur, waar mensen hun ervaringen kunnen delen met lotgenoten.

FAMILIERAAD JELLINEKMENTRUM

tel.: 020 590 40 95
e-mail: familieraad.mentrum@mentrum.nl

INFORMENTAAL

Informatiepunt Geestelijke Gezondheidszorg, ,
J.P. Heijestraat 121, tel.: 020 590 46 00.

FAMILIERAAD GGZ BUITENAMSTEL

tel.: 020 788 57 22

STICHTING BORDERLINE PERSOONLIJKHEIDS STOORNISSEN

Tel.: 030 276 70 72

Ypsilon Amsterdam en Omstreken,

Mauritskade 22-c
1091 GC Amsterdam
Tel.: 020 47 00 474
e-mail: ypsadam@ypsilon.org
Postbank 59 00 698
K.v.K. 213515.

UITGEVERIJ TOBI VROEGH

en de Eetkamer.
Tel.: 020 618 19 68, www.tobivroegh.nl

FAMILIE MOTIVERENDE INTERVENTIE

Cursus voor ouders/verzorgers van patiënten met psychotische klachten en cannabisgebruik.
15 bijeenkomsten in Alkmaar.
3 bijeenkomsten psycho-educatie
6 bijeenkomsten interactietraining
6 bijeenkomsten motiverende gespreksvoering
Alle bijeenkomsten duren drie uur.
Informatie: Maarten Smeerdijk.
Tel.: 06 4679 28 81. Cursus is gratis, reiskosten worden vergoed. Er is een onderzoek aan verbonden. De helft krijgt 3 sessies, de andere helft 15, via loting

FONDS "VRIENDEN VAN YPSILON AMSTERDAM EN OMSTREKEN"

Gironummer 44 75 593 t.n.v. Vrienden van Ypsilon Amsterdam en Omstreken.
Met het geld uit dit fonds worden activiteiten voor familieleden gesteund, o.a. het deelnemen aan cursussen.

Steun ons fonds, het verhoogt o.a. de kwaliteit van leven van gehandicapte familieleden door familiecontacten te herstellen.
Registratie Goede Doelen: no : 28581

WORDT VRIEND VAN YPSILON!

Mensen die niets met schizofrenie te maken hebben kunnen ook onze landelijke vereniging steunen door "Vriend van Ypsilon" te worden. Per jaar 25 euro.
Bedrijven zijn Bedrijfsvriend voor 250 euro.
Inlichtingen: tel.: 088 000 21 20
www.ypsilon.org/vriendenvan/werving.htm

WEBSITE

Ypsilon Amsterdam is op het internet goed te bereiken via www.ypsilon.org
Ypsilon is verdeeld in regio's. Klik de regio Amsterdam aan en via doorklikken vindt u daar alle informatie over onze activiteiten.

Opgave nieuwe leden en steunleden,

Ypsilon, Landelijk Bureau
Prins Bernhardlaan 177
2273 DP Voorburg
Tel. 088 000 21 20
e-mail: ypsilon@ypsilon.org
Website: www.ypsilon.org