



Amsterdam

BEWAREN
NOTEREN
BEWAREN

Telefoon 020 470 04 74

September-oktober-november-december 2010

Zorgafhankelijkheid en eigen bijdrage

- Niko Kuijper - Volgens het vorige kabinet lopen de kosten van de Algemene Wet Bijzondere Ziektekosten (AWBZ) steeds meer uit de pas met de begroting. Wat betekent dit voor onze mensen.

Huishoudboek van rijksoverheid op orde

Daar valt een grote diversiteit aan zorg onder: de opvang in bejaarden- en verpleeghuizen, de zorg voor gehandicapten en ook de langdurige zorg voor onze familieleden, de psychiatrie. Al deze mensen moeten in het vervolg een eigen bijdrage leveren voor de aan hen geleverde zorg. Op zich begrijpelijke maatregelen, omdat iedereen inkomsten en uitgaven op elkaar moet afstemmen, dus ook de rijksoverheid.

Kanttekeningen

Maar er zijn wel een paar kanttekeningen bij te maken. De mensen die een beroep doen op de AWBZ zijn erg zorgafhankelijk en daardoor duurder uit in het maatschappelijk verkeer. Voorts zijn het in de meeste gevallen mensen met een minimum inkomen.

Eigen bijdrage

Voor onze zieke familieleden speelt nog een andere factor. Een eigen bijdrage wordt meestal bepaald aan de hand van wat men kan besteden en welk profijt men ervaart bij de dienst, waarvoor men betalen moet.

De wetenschap over schizofrenie

November aanstaande vindt in de RAI een internationaal congres plaats waar wetenschappers vanuit de hele wereld hun kennis uitwisselen over de ziekte schizofrenie. Don Linszen, inmiddels emeritus hoogleraar psychiatrie en eerder verbonden aan het AMC, heeft het initiatief genomen tot dit congres. Vele Ypsilon'ners zullen hem kennen van zijn werk en de vele malen, dat hij op een dinsdagavond ons kwam voorlichten over zijn bevindingen.

Op de derde dinsdag van september, de 21-ste, zal hij ons uit de doeken doen wat de laatste stand is wat betreft onze inzichten omtrent schizofrenie en wat hij verwacht van deze conferentie.

Niko Kuijper

Geen profijt voor onze mensen

Veel van onze zieke familieleden ervaren in het geheel geen profijt bij deze diensten zoals bijvoorbeeld de woonbegeleiding. Zij accepteren het, omdat het nu eenmaal in het behandelplan staat of afdwongen wordt door de rechter. Het profijt ligt niet zozeer bij hen, maar bij de samenleving als onze mensen zich door die begeleiding weten te handhaven. In deze gevallen dreigt het gevaar dat potentiële zorgmijders door zo'n eigen bijdrage dat laatste zetje krijgen om zich geheel van de zorg af te keren. In dat geval pakt een eigen bijdrage van 17 euro per maand heel duur uit.

Acties naar gemeente en rijksoverheid

Ypsilon wil op de hoogte gehouden worden van de effecten van de eigen bijdrage in de kosten van de AWBZ t.b.v. gezamenlijke acties naar gemeente en eventueel richting de rijksoverheid. Kijk voor meer informatie op bladzijde vier: oproep aan familieleden.

BELANGRIJKE ADRESSEN en informatie

Mis je adressen of informatie? Kijk dan op www.ypsilon-amsterdam.nl.

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

Meibergdreef 5 1105 AZ Amsterdam

Hulp voor familieleden en mantel-

zorgers van cliënten van Arkin

en HVO/Querido.

GGZ-Ingeest: Annemarie van der Voet,

Hillegaertstraat 21,1071 JX A'dam

Tel. 0620601069; email:

a.vandervoet@ggzingeest.nl

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: mshvanham@hotmail.com

Volwassen kinderen-ván

Labyrint-In Perspectief biedt gespreksgroepen

aan voor volwassen kinderen van een ouder

met psychiatrische problemen, ook voor fami-

lieleden van mensen met een borderline-

stoornis. 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

Partner van

Contactpersoon: Mw. Tanny van Aar

Tel: 064573290; e-mail: wetami@planet.nl

Marokkaanse familieleden van

Lotgenotengroep Marokkaanse en Turkse fa-

milieleden: cursusaanbod voor familieleden in

afzonderlijke groepen, gegeven door Maria

Hoefnagel. Tel. 020-7884570 Nieuw West

SOICRA persoonlijke begeleiding en loop-

baanbegeleiding aan mensen met een psychi-

sche beperking

Ook voor steun bij PGB aanvragen.

Tel: 020 640 14 12/06 4233 00 75

carolina@jong.demon.nl

Stichting Scriebie Wiekie

Lotgenoten voor Surinaamse migranten.

Tel: 020 777 05 00

ginabraafheid@chello.nl

Muziek Workshop voor cliënten, Ei-complex,
Wenckebachweg 115.

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

Anoiksis

Gansstraat 67, 3582 EC Utrecht,

Tel: 030 254 6113, e-mail: anoiksis@anoiksis.nl.

Amsterdamse vriendendiensten en regen- booggroep

Vraag om een (sport)maatje, of naar vrijwilli-
gerswerk. Tel: 020 683 92 60

www.vriendendiensten.nl

Crisisdiensten

Ingeest: 020-7885333 (Koninginneweg)

Arkin: 020-5198787

(Oost/ZuidOost/Diemen)

020-5235433 (Centrum/Oud-West)

020-5905444 (Noord).

Buiten kantooruren en weekend:

Spoedeisende Psychiatrie Amsterdam (SPA)

020-5235433

Familieraad Jellinek Mentrum

Tel: 020- 5904095

e-mail: familieraad.mentrum@mentrum.nl

Informatiepunt Geestelijke Gezondheidszorg:

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

Familieraad GGZ Buitenamstel

Tel: 020- 7885722

Zorgboek schizofrenie

Is in opdracht van Ypsilon door de St. Septem-
ber ontwikkeld, te koop bij de apotheek en ge-
noemde St. voor € 18,50. Voor Ypsilon leden te
bestellen via de webwinkel of per telefoon,
Ypsilon landelijk, voor € 15,50. Wie nu lid
wordt krijgt het zorgboek gratis.

BUREAUGROEP/TELEFOONDIENTST

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.

Iedere derde dinsdagavond van de maand

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

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 Ypsilon-leden die zelf ook nabestaanden zijn.

Op woensdagmorgen is er, na afspraak, gelegenheid voor een persoonlijk gesprek. Op de laatste woensdagmorgen van de maand, 29 september, 27 oktober, 24 november en 29 december vinden bijeenkomsten plaats van 11.00 tot 13.00 uur, waar mensen hun ervaringen kunnen delen met lotgenoten. De halfjaarlijkse bijeenkomst in Zaandam is op 10 december, met als spreker Hans van Dam.

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 werkgroep. Ook is er een uitgebreide brochettafel.

PROGRAMMA

September, oktober, november, december 2010

Dinsdag	21 september
Spreker	Don Linszen, emeritus hoogleraar. 'De actuele stand van zaken in de wetenschap omtrent schizofrenie'.
Dinsdag	19 oktober
Spreker	Mevr. de Vos, rechter. 'Hoe gevaarlijk moet je zijn om opgenomen te worden'.
Dinsdag	16 november
Spreker	Mevr. I. van der Cingel, stichting Mentorschap Noordwest-Holland. 'Mentorschap - wanneer komt dit instrument het best tot zijn recht?'
Dinsdag	21 december
Spreker	Hans van Dam. 'Schizofrenie, hoe werkt dat uit in de hersenen.'

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: nr. : 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

www.ypsilon-amsterdam.nl

Nieuw: Basistraining Mindfulness

Deze training bestaat uit 8 bijeenkomsten waarbinnen de essentiële onderdelen uit de Mindfulness-training van Jon Kabat-Zin worden behandeld. Jon heeft het werk van de boeddhistische monnik Thich Nhat Hanh (hij ondersteunde oorlogsslachtoffers in Vietnam) voortgezet door Mindfulness te integreren in de medische wereld. Hij heeft het uit de boeddhistische context gehaald en het als stressreductie programma toegankelijk gemaakt voor een breed publiek. Na deze cursus heb je de ervaring die nodig is voor zelfstandige beoefening.

Leiding: Nathalie Wilkers, zie www.nathaliewilkers.nl

Nathalie is lid van Ypsilon en opgeleid door Robert Hartzema.

De 8 onderdelen zijn:

1. In ieder ogenblik begin je.
2. Een open uitnodiging om buiten de lijntjes te gaan.
3. Omgaan met grenzen.
4. Oefenen met wat zich aandient.
5. Een doorgaand proces van heling.
6. Ruimte creëren van milde, open aandacht.
7. Vertrouwd worden met niet-weten.
8. De achtste week duurt de rest van je leven.

Deze training zal je ondersteunen om stress te verminderen en je leren hoe je lichamelijk en mentaal zo ontspannen mogelijk kunt blijven, ook als er chaos en stress ontstaan in je leven.

De training bestaat uit 8 bijeenkomsten op maandagmorgen van 10-12 uur op 18 en 25 oktober, 1, 8, 15, 22 en 29 november en 6 december.

Aantal deelnemers: 10. Plaats: Ypsilonkantoor, Mauritskade 22C. Tramlijnen 3, 7 en 10.

Kosten: Voor Leden van Ypsilon 80 euro voor de training van 8 bijeenkomsten.

Oproep aan familieleden

Door bezuinigingen die binnen de AWBZ worden doorgevoerd krijgen vele GGZ-cliënten te maken met een eigen bijdrage die ze voor verschillende diensten moeten betalen; bijvoorbeeld voor deelname aan een Dagactiviteitencentrum(DAC), voor woonbegeleiding enzovoort. In andere gevallen wordt er gekort op hun PGB-uren. De Cliëntenbond is een onderzoek begonnen naar wat dit voor gevolgen heeft voor de mensen die hierdoor getroffen worden.

Ypsilon-Amsterdam wil graag weten of ook uw familielid door deze bezuiniging getroffen wordt en of dit negatieve gevolgen heeft voor de behandeling.

Wij verzoeken u dit dan te melden op ons e-mailadres: ypsadam@ypsilon.org.

Ypsilon Amsterdam en Omstreken

Mauritskade 22-c

1091 GC Amsterdam

Tel: 020- 4700474, www.ypsilon.org

E-mail: ypsadam@ypsilon.org

ING 59 00 698 K.v.K. 213515

www.ypsilon-amsterdam.nl

Opgave nieuwe leden en steunleden

Ypsilon, Landelijk Bureau

Prins Bernhardlaan 177

2273DP Voorburg

Tel. 088 000 2120

e-mail: ypsilong@ypsilon.org

Website: www.ypsilon.org