

Wisseling van de wacht



In juni heb ik de functie van voorzitter van Ypsilon Amsterdam e.o. neergelegd. Door periodes met longaanvallen kon ik daaraan niet altijd de continuïteit en impulsen geven die mij wenselijk leken. Daarnaast wil ik vijf jaar na mijn pensionering meer tijd aan interesses zoals muziek besteden.

In 2016 nam ik deze mooie functie over van markante voorgangers als Niko Kuijper en Grietje Santing. Een bijzondere positie in een aparte vereniging. De kwetsbaarheid van een dierbaar gezinslid is al lang een deel van mijn leven. Als vrijwilliger en voorzitter van onze vereniging kom je dicht bij dergelijke ervaringen van anderen. Dat vond ik een belangrijk deel van dit werk, ook al kon het om zeer heftige situaties gaan. Zo zal het tragische overlijden van Cyprian Broekhuis me altijd bijblijven....

We willen als vereniging invloed uitoefenen om onze naasten betere kansen te bieden en zelf meer serieus genomen te worden. Dergelijke processen vergen veel geduld en doorzettingsvermogen. Het belang van goed contact met naasten krijgt meer gehoor, maar er blijft veel te winnen. Dat geldt nog sterker voor beleid en praktijk voor mensen met ernstige psychiatrische aandoeningen, zoals onze naasten. Net als in films en boeken geldt: 'Show, don't tell'. Ook als Ajacied zeg ik daarom 'geen woorden, maar daden'. We zullen dat blijven uitdragen.

De afdeling van Ypsilon is ver gevorderd bij het vinden van een opvolger. Daarover zal nader bericht komen. Ondertussen zijn Mirjam Dessing en Rita Loholter eerste contactpersonen. Ik dank de lezers van onze nieuwsbrief voor de plezierige contacten en wens eenieder alle goeds in de naaste toekomst.

Bert van Raalte

Groot onderzoek van GGD-Amsterdam, Arkin en In Geest naar de gevolgen van ambulantisering voor mensen met een ernstige psychiatrische aandoening (EPA)

Ongeveer een jaar geleden legde Gwen van Husen van de GGD contact met Ypsilon Amsterdam met de vraag of wij mensen wisten, die zich wilden laten interviewen over hun ervaringen met de hulpverlening als naaste van iemand met een EPA. De interviews maken deel uit van de naastenstudie van de GGD, één van de vijf onderzoeksgroepen van een breed opgezet onderzoek van de GGD Amsterdam, naar de gevolgen van de toenemende ambulante zorg- en dienstverlening aan mensen met een EPA. De andere vier studies betreffen de perspectieven van de cliënten, de instellingen, de buurten en de gemeente zelf.

Korte geschiedenis

Vanaf 2008 werd het aantal bedden in de grote GGZ-instellingen verminderd. Doordat de landelijke overheid in 2015 zorg, werk en jeugdhulp naar de gemeentes overhevelde, verminderde ook het aantal bedden in de kleinschalige voorzieningen en gingen steeds meer mensen met een EPA buiten een instelling wonen. Het overgrote deel van de hulp en ondersteuning vond voortaan op lokaal niveau plaats in de vorm van ambulante zorg. Het uitgangspunt was dat ambulante zorg beter zou aansluiten bij de behoefte van mensen met een EPA om deel uit te maken van de samenleving en het zou voor de overheid goedkoper zijn.

Doel en de opzet van het onderzoek

De GGD Amsterdam startte eind 2017 een breed en diepgaand onderzoek, met een looptijd van vijf jaar, naar de gevolgen van de ambulantisering. Het is de bedoeling dat de uitkomsten van het onderzoek in de praktijk omgezet gaan worden in betere zorg- en dienstverlening met als doel de maatschappelijke deelname van mensen met een EPA te bevorderen. Naast de vijf studies wordt op dit moment ook nog een negental specifieke projecten uitgevoerd ter verdieping. Alle onderzoeken houden verband met de studie naar het functioneren van mensen met een EPA.

Cliënten

De cliëntenstudie onderzoekt onder andere de gevolgen van de ambulantisering wat betreft herstel, zelfredzaamheid, sociale uitsluiting, ernst van symptomen en deelname aan de samenleving. In 2010 vond er een groot onderzoek plaats naar langdurig van zorg afhankelijke psychiatrische patiënten in de GGD-instellingen (LZA studie). Uit deze groep zijn mensen geworven, evenals cliënten, die in 2017 geselecteerd zijn door de GGZ-instellingen Arkin en In Geest. De interviews zijn in 2017 gestart, zoveel mogelijk bij mensen thuis. Zo'n 25 % van de mensen met een EPA is niet onder behandeling, maar ook onder deze groep wil de GGD in 2020 onderzoek doen.

Naasten

Het onderzoeksplan is vooraf besproken met de Naastbetrokkenen Raad van Arkin, de familieraad van GGZ-In Geest en met Ypsilon. Het onderzoek is er op gericht inzicht te krijgen in de kwaliteit van leven, de mantelzorgbelasting, het effectief omgaan met naasten met een EPA en de samenwerking van naasten met professionele hulpverleners in de ambulante zorg. Tijdens het interview komen, in een gesprek van ongeveer anderhalf uur, aan bod:

- hoe het met je gaat
- je relatie met je zieke naaste en de zorg en ondersteuning die je biedt
- je contact met de hulpverleners, die betrokken zijn bij je naaste

Het doel van het onderzoek is om uiteindelijk een handreiking te kunnen doen aan de instellingen en gemeentes om in beleid en praktijk ook zorg te dragen voor de kwaliteit van leven van naasten.

Instellingen

Het doel van dit onderzoek is het in kaart brengen van de visie van deze instellingen op herstel in een ambulante setting, de daadwerkelijke invulling daarvoor voor de cliënten en de mate waarin zich dat verhoudt tot het herstel van de cliënt.

Buurtenonderzoek

In deze studie zijn bijvoorbeeld buurtsamenstelling, tolerantie, sociale controle en activiteiten aan de orde, met de bedoeling mensen met een EPA meer bij de buurt te betrekken.

Gemeente

Het onderzoek kijkt onder meer naar routes en drempels in de toegang tot woonbegeleiding, maatschappelijk herstel en ambulante crisisinterventie.

De GGD verwacht rond 2022 het onderzoek af te ronden en praktische aanbevelingen te kunnen doen inzake verbetering van de ambulante zorg en hulpverlening.

Bronnen:

- Beschrijving van het onderzoeksprogramma van de GGD naar Ambulantisering in Amsterdam
- Gwen van Husen (promotieonderzoek GGD-naastenstudie)

Met dank aan Gwen en de GGD Amsterdam,

Herma

Ypsilonmoeder belt landelijk meldnummer verward gedrag

Het idee van MIND Ypsilon voor een meldnummer, als er verward gedrag gesignaleerd wordt zonder direct gevaar voor de persoon in kwestie of de omgeving, is na jaren werkelijkheid geworden: Op 1 juli 2020 trad het telefoonnummer **0800-1205** in werking (voor niet acuut verward gedrag). In oktober 2020 wordt het nummer aan het grote publiek bekendgemaakt.



Het meldnummer registreert het verward gedrag en verbindt door naar de regio waar de verwarde persoon zich bevindt en waar onderzocht wordt welke hulp ingezet kan worden.

90% Van de gemeenten is al via een lokaal of regionaal nummer aangesloten op het Landelijk Meldpunt Verward Gedrag. Voor acute meldingen moet nog steeds 112 worden gebeld.

Snelle reactie

'Kort na het in de lucht gaan van het meldnummer belde ik over mijn volwassen naaste, die sinds 10 jaar verward gedrag vertoont en al enige tijd een tweede psychose doormaakt. Mijn naaste wil geen contact en is onbekend bij de hulpverlening.

Als ik bel wordt er onmiddellijk opgenomen; ik legde kort de situatie uit en vervolgens werd de telefoon doorgezet naar de betreffende regio, waar degene die ik moest hebben echter niet aanwezig was. Al snel werd ik door hem teruggebeld en na het aanhoren van mijn verhaal doorverwezen naar de lokale GGD.

Bij de GGD moest er onderling overlegd worden over de opties, maar ook van hen kreeg ik al snel bericht. Zij konden mij de naam vertellen van de twee gezondheidscentra in de betreffende wijk, waar mijn naaste bij één van de twee bekend zou moeten zijn. De beschrijving van de psychiatrische aandoening van mijn naaste zou ik onder embargo bij beide centra kunnen deponeren (dat recht heb je als naaste).

Degene die ik sprak, gaf ook het advies Veilig Thuis te informeren, omdat er een jong kind bij betrokken is. Dat leek me geen goed idee, omdat in dat geval de zorgmelder ook bekend wordt gemaakt, terwijl de verhoudingen door de ziekte al danig verstoord zijn. Tenslotte kreeg ik via de GGD naam en telefoonnummer van de wijkagent. De wijkagent kan, volgens de GGD om de naam van de melder en de melding van verward gedrag heen, bij contact met mijn naaste. Ik kan dus de wijkagent bellen en vragen of er een aantekening gemaakt kan worden over wat er aan de hand is, om zo de zorg over mijn naaste en het kind onder de aandacht brengen.'

Herma

De ervaringen van deze moeder zijn positief, ze werd correct te woord gestaan, snel teruggebeld en ze kreeg het telefoonnummer van de wijkagent. Heeft u ook ervaringen met het bellen naar dit meldnummer en wilt u die ervaringen met ons delen? Stuur dan een bericht naar dit e-mailadres: ypsadam@ypsilon-amsterdam.nl. Een vrijwilliger van Ypsilon Amsterdam neemt dan contact met u op.



Voortgang Ypsilon woonproject Staalman Oase

Het gaat nu snel. De bouwvakkers doen er alles aan om de afspraken voor oplevering na te komen. De ontmoetingsruimte en de eerste acht clusterwoningen worden dit jaar opgeleverd. De andere clusterwoningen zijn begin 2021 klaar. Met de losse woningen, verspreid door de wijk, zijn het in totaal dertig woningen. Kort geleden mocht ik met de andere leden van de woongroep alvast een kijkje nemen. Er moest nog veel gebeuren. Maar, lopend door het stof en met enige fantasie, zag ik het allemaal voor me; hoe fijn en gezellig het straks zal zijn in de ontmoetingsruimte, met een leuk zitje, een mooie keuken hoe het zal gonzen van activiteiten.

Werkzaamheden in de ontmoetingsruimte



Tijdens een lunchbijeenkomst met huidige en (sommige) toekomstige bewoners bij buurtcafé Casa Sofia praten we over het inrichten van de ontmoetingsruimte. 'Ik heb nog een TV over', hoor ik een bewoner roepen. En een computer is er ook al. Het is fijn om elkaar te zien en samen te eten; alles natuurlijk met inachtneming van de coronaregels. Tot de ontmoetingsruimte klaar is wil de projectleider van Cordaan dit vaker organiseren; lekker informeel en een mooie manier om elkaar te leren kennen.

Rita Loholter

Er kunnen geen nieuwe aanmeldingen geregistreerd worden, de wachtlijst is vol. Kijk voor meer informatie op www.ypsilon-amsterdam.nl > Woon Oases

Wie is wie

Bij Ypsilon zijn bijna 200 vrijwilligers actief, in het bestuur, de ledenraad, de redactie en in ruim 40 afdelingen in de regio. Amsterdam telt zestien vrijwilligers. In de komende nieuwsbrieven stellen zij zich voor.

Alice Wesselink

'De eerste keer dat ik in contact kwam met Ypsilon was in 2003 toen mijn zoon Thijs out of the blue een psychose kreeg. In het UMC Amsterdam, waar hij werd opgenomen, wees de psychiater ons, de familie, op Ypsilon. Wij zijn toen snel lid geworden, maar veel deden we er



niet mee. Wel ging ik regelmatig naar de jaarlijkse familiedag in Amsterdam. Jaren later en vele psychoses verder zocht ik contact met Ypsilon omdat ik op zoek was naar passende woonruimte (zoals het Kraaipan Oase woonproject) voor Thijs. Hij was werkeloos, uit zijn huis gezet en gedwongen opgenomen. Hij werd doorgeschoven van de ene kliniek naar de andere. Ik was wanhopig!

En zo, via de Kraaipan Oase, kwam ik in contact met Niko Kuiper. Ik stuurde hem een 'brand-mail', hij begreep mijn probleem en nodigde me uit voor een bijeenkomst op de Mauritskade bij Ypsilon in Amsterdam.

Omdat de Kraaipan Oase een succesvolle woongroep was geworden, maakte Niko plannen om een nieuw woonproject op te starten en hij vroeg of ik daaraan mee wilde werken. Dat was in maart 2016. Met Niko en andere oudgedienden van de Kraaipan Oase en enkele nieuwe leden vertelden we aan de gemeente over onze plannen en zijn we gaan rondkijken naar een nieuwe locatie, een woningcorporatie en een zorgbegeleider. Uiteindelijk zijn we uitgekomen op het Staalmanplein in Amsterdam-West. Inmiddels begint het project vorm te krijgen, de eerste woningen zijn dit jaar in gebruik genomen.

Helaas is het voor mijn zoon te laat. Hij is in maart 2019 overleden. Omdat ik inmiddels ook in de werkgroep Ypsilon Amsterdam zat, besloot ik om vrijwilliger te blijven voor Ypsilon en iets dat verdrietig en negatief is om te zetten in iets positiefs. Ik organiseer onder andere samen met een andere vrijwilliger de inloopmiddag voor nieuwe leden van Ypsilon Amsterdam. Behalve thee bieden we een luisterend oor en voor zover mogelijk ook advies. Mijn taak bij het woonproject is contact maken en onderhouden met kandidaat bewoners van de wachtlijst voor de Staalman Oase.'

Gespreksgroep Ypsilon Amsterdam

Ypsilon Amsterdam startte in juni, onder inachtneming van de maatregelen, met persoonlijke afspraken, overleggen en de gespreksgroep van de eerste donderdag van de maand, voor nieuwe leden en leden die een keertje willen bijpraten. Bent u nog geen lid? Ook dan bent u welkom. De eerstvolgende gespreksgroep is donderdag 3 september (daarna 1 oktober) en vindt plaats op de Mauritskade 22c (14:00 tot 16:00 uur). Wel graag van tevoren aanmelden via de volgende telefoonnummers: 020-6682842 of 029-4281203, of via e-mail naar: ypsadam@ypsilon-amsterdam.nl.

3e Dinsdagen

We zijn druk bezig om de 3e dinsdagen (thema avonden), met inachtneming van de coronaregels, weer op te starten. Een aantal sprekers hebben toegezegd, het vinden van een geschikte ruimte is echter lastig. Zodra wij een passende ruimte hebben gevonden informeren wij u via een e-mail over het thema, de locatie en de wijze van aanmelding.

Cursussen en trainingen (zie ook website www.ypsilon-amsterdam.nl)

Gespreksgroep voor nabestaanden na zelfdoding (22 september en 20 oktober) via Arkinbasesggz

De gespreksgroep is bestemd voor volwassen nabestaanden die iemand door zelfdoding hebben verloren. In de gesprekken staan ervaringen, gevoelens en vragen van jou en van de andere deelnemers centraal. Een bijeenkomst duurt 1.5 uur en vindt plaats op dinsdagmiddag van 14:30 – 16:00 uur. Er zijn geen kosten aan verbonden.

Locatie: Arkin Jacob Obrechtstraat 92

Psychische problemen in de familie (1 oktober) via Arkinbasesggz

De cursus is voor volwassenen met iemand in hun directe omgeving die psychische- of psychiatrische klachten heeft. De cursus bestaat uit 4 bijeenkomsten van 2 uur en start bij voldoende aanmeldingen, 5 keer per jaar, geen kosten; contactpersoon: Şebnem Çim, T 020-590 13 30

Locatie: Arkin Jacob Obrechtstraat 92

Een psychisch zieke ouder? En hoe gaat het met u? (3 november) via Arkinbasesggz

De gespreksgroep richt zich op volwassenen (18+), die opgegroeid zijn met een psychisch zieke of verslaafde ouder. De gespreksgroep bestaat uit 8 bijeenkomsten. De eerste bijeenkomsten worden vooral besteed aan het uitwisselen van ervaringen.

Contact en vragen

Wilt u contact of heeft u vragen? Bel dan een van onze Amsterdamse vrijwilligers, zij zijn via de volgende telefoonnummers bereikbaar: 020-6682842 (Herma) of 0629053524 (Mirjam) of 029 4281203 (Alice).

Op deze website vindt u 'coronanieuws voor naasten': www.voorggznaasten.amsterdam.

Landelijke steun in coronatijd: via website www.wijzijnmind.nl

Arkin, InGeest en Hvo Querido bieden telefonische ondersteuning aan familie en naasten (zie voor meer informatie www.ypsilon-amsterdam.nl > onder Nieuws) .



YPSILON AMSTERDAM en OMSTREKEN:

Mauritskade 22-c, 1091GC Amsterdam
e-mail : ypsadam@ypsilon-amsterdam.nl
telefoon: 020-4700474
website:www.ypsilon-amsterdam.nl
NL23INGB0005900698 KVK 41213515

YPSILON LANDELIJK BUREAU:

Opgave nieuwe leden en steunleden
Daendelsstraat 57, 2595XT Den Haag
e-mail: ypsilon@ypsilon.org
telefoon: 088-0002120
website:www.ypsilon.org

CRISISDIENSTEN

Arkin: 020-5235433 Kantooruren, 's avonds en in het weekend

In Geest: 020-7885333 Amsterdam, 020-5434343 Amstelveen

Websites:

www.naasteninkracht.nl, www.voorggznaasten.amsterdam, www.markant.org, www.wijzijnmind.nl