

## Even voorstellen

Wanneer u een aandachtig lezer bent van Ypsilon nieuws, dan kan mijn naam u zijn opgevallen. Op de pagina Ypsilon in de regio staat onder de ledenraad mijn naam vermeld als vertegenwoordiger namens Noord Holland. Ben dus vertrouwd met het werk van Ypsilon en ben vooral van mening dat Ypsilon het verschil kan maken en maakt voor de naasten die vanwege familierelaties of anderszins te maken hebben met de geestelijke gezondheidszorg. Daarom heb ik gehoor gegeven aan de oproep van de Amsterdamse werkgroep om voorzitter te worden. Een naam zegt niet alles, dus zal ik mij even voorstellen. Heb vierendertig jaar in het voortgezet onderwijs gewerkt als docent, als mentor, als coördinator en begeleider. Naast het onderwijs ben ik jarenlang bestuurslid van een onderwijsvakorganisatie geweest en negen jaar raadslid. Vier jaar wethouder en vier jaar Statenlid. In die hoedanigheid had ik mede de zorg in portefeuille. Zo dan weet u in ieder geval wat me van de straat hield. En nu al enige jaren gepensioneerd, wil ik deze taak op mij nemen. Er kwam namelijk wat ruimte in mijn agenda en ik vind mijzelf te jong om achter de geraniums te zitten. Heb begrepen dat dit voorzitterschap een remedie daartegen is. Het is voorlopig nog even verkennen, want er gebeurt veel. Met en door, zoals ik al heb ervaren, zeer betrokken mensen.



Niet alleen gebeurt er in Amsterdam veel, denk aan de Kraaipan - en Staalman Oase. Prachtige projecten. Aan de vele overleggen die er zijn. Maar landelijk is er ook e.a. gewijzigd. Positief te noemen is het landelijk meldpunt verward gedrag en verankering van de familievertrouwenspersoon. De mogelijkheid voor een patiënt om mee te praten. Gaat alles goed, vast niet. Maar zoals we samen de Corona willen overwinnen, zo kunnen we samen veranderingen aanbrengen voor onze naasten zo is gebleken. Een andere mindset bewerkstelligen bij hulpverleners en vooral bij de buitenwereld. Daar gaan we voor. Ik reken op uw steun.

Namens Ypsilon wens ik onze leden, hun naasten en onze relaties een voorspoedig en gelukkig 2021.

**Ronald Ootjers, voorzitter Ypsilon Amsterdam**



Foto van muurschildering Staalmanpleinbuurt

## Staalman Oase: we kunnen aan de slag

### Passen en meten

Onderweg in de metro met een huishoudtrap ben ik blij dat het eindelijk zover is. We gaan het huurcontract van de ontmoetingsruimte tekenen en krijgen de sleutel. Ik loop door de kale ruimtes waar het zachte zonlicht naar binnen schijnt. Gerard Dijkstra, mede-bestuurslid 'Wonen Ypsilon Amsterdam', is er ook. Ruim van tevoren stuurde hij een lijst rond met wat er allemaal moet gebeuren. De lijst is lang: vloer- en raambedekking, meubels, schilderwerk, keukenkastjes, apparaten, keuken- en schoonmaakspullen, internet, audio, video, wifi, muurdecoratie, lampen, algemene en privé tuin, inboedelverzekering, enzovoort.

Het opknappen en inrichten doen we samen met een aantal bewoners en hun naasten, onder leiding van Marina van der Heiden. Zij is vanaf het begin betrokken bij het Staalman Oase woonproject. Ook Bart, bewoner van de Kraaipan Oase, helpt. Hij heeft meer ontmoetingsruimten ingericht. Een bewoner van de Staalman Oase, van beroep schilder, weet alles van verf en materialen: 'Ik schilder de trap.' Een andere bewoner is een kei met internet en audio apparatuur. Alice (vrijwilliger Ypsilon) richt de privétuin in en adviseert de beheerder van woningcorporatie De Alliantie over de algemene tuin. Het gaat nu allemaal echt beginnen.

### Kruisbestuiving – goede samenwerking tussen politici en ervaringsdeskundigen

De gemeente Amsterdam is ons goed gezind. Zij ondersteunt vanaf het begin onze plannen, ook financieel. In het initiatiefvoorstel van GroenLinks 'meer woongroepen in zelfbeheer voor mensen met een zorgvraag', worden zowel de Kraaipan als de Staalman Oase als voorbeeld genoemd.

Vrijwilligers van Ypsilon Amsterdam en het bestuur van de Kraaipan Oase gaven regelmatig advies over het ondersteunen van woongroeprojecten door de gemeente; in het voorstel staan ook verhalen en ervaringen van Oasebewoners. Het voorstel is 30 september 2020 met algemene stemmen aangenomen door de Amsterdamse gemeenteraad. Amsterdam telt veel mensen met psychosegevoeligheid die op een woning wachten. Onlangs ontving de gemeente Amsterdam van het rijk geld voor het realiseren van meer woningen voor mensen met een kwetsbaarheid. Ik ga ervan uit dat in de toekomst meer woonprojecten in de stad ondersteund worden; het initiatiefvoorstel is een goed begin, alle belangrijke punten worden genoemd: beter faciliteren, woningcorporaties stimuleren, ruimte creëren voor woongroepen in zelfbeheer, via Wmo duurzame bekostiging realiseren, samenwerking tussen Wonen en Zorg verbeteren. Wie weet komen er in de toekomst meer woongroepen in zelfbeheer in Amsterdam.

6 woningen zijn bewoond

10 woningen komen eind 2020 gereed

Rest (14 woningen) volgt in de loop van 2021

Ontmoetingsruimte is in gebruik, feestelijke opening volgt later



De trap wordt geschilderd

**Rita Loholter**

# Afscheid en overdracht van de derde dinsdag

In 2014 werden plannen gemaakt om de uitvoering van de zorgverzekeringswetten o.a. AWBZ dichter bij de burger, lees de Gemeente te brengen, o.a. in de Wet Maatschappelijke Ondersteuning en de Wet langdurige zorg. Dit zou goedkoper en efficiënter zijn, maar zou ook gevolgen kunnen hebben voor onze zieke familieleden. Om zich hierop te kunnen voorbereiden stelde de werkgroep Ypsilon Amsterdam een tijdelijke commissie in, genaamd 'de Kanteling' die tot taak kreeg te inventariseren tegen welke knelpunten de leden van Ypsilon zoal tegenaan zouden kunnen lopen bij deze veranderingen. Ook zou de psychologische en psychiatrische ondersteuning meer bij de huisarts en de POH (praktijkondersteuner GGZ) komen te liggen.



Zelf was ik al jaren lid van Ypsilon en las altijd het blad Ypsilon Nieuws maar kwam heel weinig op bijeenkomsten. Mijn broer met een gevoeligheid voor psychosen en later de ziekte van Parkinson, was wegens het niet meer goed kunnen verzorgen van zichzelf en geheugenverlies, inmiddels in 2013 opgenomen in een particulier verzorgingstehuis. Zo kwam ik vanaf 2014 als vrijwilliger bij Ypsilon terecht. Ik ontmoette daar een prettige groep vrijwilligers die op een collegiale wijze met elkaar omgingen. In 2015 werd ik lid van de werkgroep Amsterdam en ook nog een tijdje van de werkgroep wonen. Zelfstandig en beschermd

wonen is immers een belangrijke voorwaarde voor de stabiliteit van onze familieleden. In de zomer van 2017 overleed mijn broer plotseling aan een hartstilstand en heb ik veel steun aan de Ypsilon familie ondervonden.

Na het vertrek van Karin Joachim uit de werkgroep nam ik de organisatie van de derde dinsdag bij het Mentrum over. Het was nog een hele toer om iedere maand een onderwerp te bedenken met een geschikte spreker die iets voor de leden van Ypsilon zou kunnen betekenen. Ook heb ik hier zelf wel het e.e.a. van opgestoken door meer over verschillende onderwerpen te lezen en uiteenlopende mensen te ontmoeten. Ik wil iedereen bedanken voor de prettige samenwerking en heb het volle vertrouwen dat Herma Otte en Sjef Dirckx mijn taak goed kunnen overnemen wanneer wij elkaar weer kunnen ontmoeten na Corona.

Door de voordracht van Prof. Dr. Floor Schepers werd ik op het idee gebracht om mijn ervaringen als mantelzorger van mijn broer in te brengen bij de verhalenbank. Dat heb ik inmiddels gedaan en dat voelt als een goede afronding van mijn vrijwilligersperiode bij Ypsilon en het leven met mijn broer.

## Deel uw verhaal!

Wat is de impact van een psychiatrische aandoening op iemands leven? In hoeverre spelen thema's als schaamte, schuldgevoelens, spiritualiteit, religie, seksualiteit en sociale uitsluiting een rol? De Verhalenbank Psychiatrie is een initiatief van het UMC Utrecht en verzamelt persoonlijke verhalen van (ex)patiënten, naasten en hulpverleners die te maken hebben met psychische kwetsbaarheid. Door het wetenschappelijk analyseren van alle ervaringen proberen ze meer begrip, beter herstel en betere zorg te realiseren.

## Aanmelden

Denkt u dat uw verhaal waardevol is voor anderen en kan bijdragen aan het verbeteren van de zorg? Ga dan naar [www.verhalenbankpsychiatrie.nl](http://www.verhalenbankpsychiatrie.nl). U vindt er toelichtende informatie en de mogelijkheid om u aan melden. Ze horen graag uw verhaal.

**Joke Bosman**

### Landelijk meldnummer zorgwekkend gedrag

Zes jaar geleden vroegen Ypsilon en MIND al om een meldnummer, de kranten stonden toen vol over het toenemend 'verward gedrag'. Onder voorzitterschap van Onno Hoes nam het 'Schakelteam Personen met Verward gedrag' dit verzoek over. Steeds meer partijen sloten zich aan en het meldnummer kwam uiteindelijk tot stand met steun van onder meer de GGD GHOR Nederland (Geneeskundige Hulpverleningsorganisaties in de Regio), Vereniging van Nederlandse Gemeenten, politie, MIND Korrelatie, ervaringsdeskundigen en regionale meldpunten.

In oktober 2020 maakte staatssecretaris Paul Blokhuis het landelijk meldpunt 'zorgwekkend gedrag' bekend: **0800-1205**. Via het meldpunt kunnen mensen die zich zorgen maken over iemand in hun omgeving in contact komen met zorgverleners in de buurt. Een melding bij dit nummer kan het begin zijn van hulp. Het gaat over niet-acute hulp.

### Gespreksgroep Ypsilon Amsterdam

Onder inachtneming van de corona maatregelen gaat de gespreksgroep van de eerste donderdag van de maand wel door; 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 7 januari (daarna 4 februari) 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](mailto:ypsadam@ypsilon-amsterdam.nl).

### 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](http://www.voorggznaasten.amsterdam).

Landelijke steun in coronatijd: via website [www.wijzijnmind.nl](http://www.wijzijnmind.nl)

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

### **Werving spelers voor Opera Theater Amsterdam (OTA)**

Het theater zoekt spelers van 18 jaar of ouder. Mensen die eigen ervaring hebben met psychose, die hun stem, verhaal en ervaring op het podium willen brengen. Die zichzelf willen laten zien. Die zichzelf willen ontwikkelen en vol willen houden; die wonen in Amsterdam en omstreken.

Wellicht is uw naaste hierin geïnteresseerd? Aanmelden kan nog in januari.

Kijk voor meer informatie hier: [www.operatheateramsterdam.nl](http://www.operatheateramsterdam.nl).

Direct aanmelden kan ook via: [anderhoofd@operatheateramsterdam.nl](mailto:anderhoofd@operatheateramsterdam.nl).

---

### ***Papier of digitaal***

*Dit is de laatste keer dat álle leden de Amsterdamse Ypsilon nieuwsbrief op papier ontvangen. Leden die zich hebben opgegeven voor een papieren versie blijven die in de brievenbus ontvangen, dit geldt ook voor de leden waarvan geen e-mailadres bekend is.*

---

# Van BOPZ naar WvGGZ

## de stand van zaken in Amsterdam

Afina Buikema (SPV) en psychiater Christelle van der Meer van de GGD Amsterdam waren gastsprekers over de WvGGZ (nieuwe wet verplichte GGZ) bij Ypsilon Amsterdam. In oktober namen we contact op over de huidige stand van zaken en vonden hen bereid een aantal vragen daarover te beantwoorden.

Tussen januari en oktober zijn er in totaal honderdzeven meldingen binnengekomen bij het Advies en Meldpunt OGGZ van familie en naasten; sinds maart gaat het om ongeveer vijftien per maand. In september waren er vijfentwintig meldingen, waarvan zeven door een ouder en elf door een ander familielid. In het merendeel van de gevallen was er sprake van verward of gevaarlijk gedrag of agressie. Bekend is dat er bij vijf mensen sprake was van verslavingsproblematiek; zes personen waren eerder opgenomen geweest; bij twee betrof het een risico op suïcide en bij vier mensen ging het om verloedering.

Gezien de hechte samenwerking van Vangnet(GGD) met Bemoeizorg(GGZ) in Amsterdam, is het aantal VO's (Verkennde Onderzoeken) dat gestart wordt niet groot. Uit de VO's waartoe wel besloten is, komen in verhouding veel ZorgMachtigingen (ZM) voort. Het kan ook dat de GGZ-bemoeizorg op grond van een melding een ZM aanvraagt, zonder dat er een VO aan te pas komt. Soms is het mogelijk vrijwillige zorg te realiseren zonder een VO, andersom kan een VO soms helpen bij het accepteren van vrijwillige zorg.

Een van de vragen aan Christelle en Afina was of het mogelijk is de vinger te leggen op voor welke groep (cliënt/patiënt, naasten, justitie, hulpverlening/psychiatrie) betrokkenen de wet de meeste problemen oplevert.

De nieuwe wet kent nog kinderziektes. Verder is er geen zicht op het tijdsverloop van melding tot behandeling, o.a. omdat er geen terugkoppeling volgt vanuit de GGZ. Positief is dat recentelijk (in Amsterdam) het probleem van veilige informatie-uitwisseling is opgelost. Wel blijft er een discrepantie bestaan tussen behandel mogelijkheden van de GGZ en de verwachtingen van naasten, politie of justitie hieromtrent.

### Herma Otte, met dank aan Afina en Christelle

*Vanuit MIND Ypsilon wordt op dit moment onderzoek gedaan naar wat cliënten zelf van de Wet op verplichte GGZ vinden. Daarnaast worden ervaringen van naasten verzameld. De bureaucratie die uit de nieuwe wet volgt, is nog steeds een heet hangijzer bij psychiaters en andere partijen, zo wordt er bijvoorbeeld ook gewerkt aan een reparatiewet.*

*Tenslotte leeft de vraag of een wet wel kan bewerkstelligen waarvoor hij bedoeld is, namelijk vermindering van dwang, betere kwaliteit van de zorg en een grotere rol voor cliënten en hun naasten.*

## 3e Dinsdagen

We waren druk met het organiseren van een derde dinsdag (thema bijeenkomst), echter ging kort daarna het aantal corona besmettingen omhoog en werden de regels aangescherpt. We moesten de sprekers, waaronder Jim van Os, afzeggen. De geplande lezingen worden op een ander moment gepland. Het is nu te vroeg om hieraan een datum te relateren. Zodra het weer mogelijk is krijgt u een uitnodiging.

---

## Cursussen en trainingen (zie ook website [www.ypsilon-amsterdam.nl](http://www.ypsilon-amsterdam.nl))

### **KOPP/KOV Volwassenen 23+ (19 januari, 10:00 tot 12:00 uur) via Arkinbasisggz**

De gespreksgroep richt zich op volwassenen die opgegroeid zijn met een psychisch zieke of verslaafde ouder. De gespreksgroep bestaat uit 8 bijeenkomsten en wordt door Marianne de Pundert begeleid. Kosten: 15 euro, locatie: Arkin Jacob Obrechtstraat 92

### **KOPP/KOV Jongvolwassenen 18 tot 25 jaar (25 januari, 16:30 tot 18:00 uur)**

Er starten meerdere cursussen per jaar. De training richt zich op jongeren (18-25 jaar), die opgegroeid zijn met een ouder met psychische of verslavingsproblemen. De gespreksgroep bestaat uit 8 bijeenkomsten en wordt door Marianne de Pundert begeleid. Kosten: geen, locatie: Flink, Jan Toropstraat 8

### **Gespreksgroep voor nabestaanden na zelfdoding (19 januari en 16 februari) via Arkinbasisggz**

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: Jacob Obrechtstraat 92

### **Loslaten, hoe doe je dat (6 februari van 10:00 tot 12:30) via Stichting Naast**

Voor naasten van mensen met een verslaving. Loslaten is een heel persoonlijk proces, waarin ieder zijn eigen begrip en manier van loslaten ontdekt. Het doel van de workshop is om door voorbeelden en ervaringen een eigen weg hierin te vinden. Kosten: 25 euro, locatie: pand Zuid, Ijsbaanpad 9

**Mizen – lotgenoten vinden balans (eens in de twee weken op maandagmiddag, 11, 25 januari, 8 februari, 1, 15, 29 maart, 17 en 31 mei), 13:00 tot 15:00 uur.**

### **KOPP/KOV Volwassenen 23+ (2 maart, 19:00 tot 21:00 uur) via Arkinbasisggz**

De gespreksgroep richt zich op volwassenen die opgegroeid zijn met een psychisch zieke of verslaafde ouder. De gespreksgroep bestaat uit 8 bijeenkomsten. Kosten: 15 euro, locatie: Arkin Jacob Obrechtstraat 92

---



#### **YPSILON AMSTERDAM en OMSTREKEN:**

Mauritskade 22-c, 1091GC Amsterdam  
e-mail : [ypsadam@ypsilon-amsterdam.nl](mailto:ypsadam@ypsilon-amsterdam.nl)  
telefoon: 020-4700474  
website:[www.ypsilon-amsterdam.nl](http://www.ypsilon-amsterdam.nl)  
NL23INGB0005900698 KVK 41213515

#### **YPSILON LANDELIJK BUREAU:**

*Opgave nieuwe leden en steunleden*  
Regulusweg 5, 2516AC Den Haag  
e-mail: [ypsilon@ypsilon.org](mailto:ypsilon@ypsilon.org)  
telefoon: 088-0002120  
website:[www.ypsilon.org](http://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](http://www.naasteninkracht.nl), [www.voorggznaasten.amsterdam](http://www.voorggznaasten.amsterdam), [www.markant.org](http://www.markant.org), [www.wijzijnmind.nl](http://www.wijzijnmind.nl)