

Jaarverslag over het jaar 2023 van Ypsilon Amsterdam

Inleiding

Ypsilon Amsterdam behartigt de belangen van familie en andere naastbetrokkenen van mensen met een verhoogde kwetsbaarheid voor psychosen en schizofrenie. Ypsilon Amsterdam is één van 42 afdelingen van de vereniging Ypsilon Nederland.

Per 1 januari 2024 had Ypsilon Amsterdam 256 gewone leden en 56 steunleden (totaal 312 leden). In 2023 waren 20 vrijwilligers betrokken bij de vereniging.

Dit jaar is digitaal communiceren toegenomen: in contacten met leden, in vergaderen met o.a. Ypsilon landelijk en Cliëntenbelang. Informatieverstrekking is door Boven Jan (een nieuw digitaal platform van o.a. Ypsilon landelijk) gemakkelijker en beter geworden. Diverse kennissessies, georganiseerd door Ypsilon landelijk, zijn online bijgewoond.

Daarnaast was er aandacht voor persoonlijk contact in de vorm van individuele gesprekken, de thema-avonden op de 3e dinsdagen en excursies.

Er is veel werk verricht voor de woongroep de Staalmanoase (30 woningen en een gemeenschappelijke ruimte). Sommige bewoners vragen veel aandacht van woon-vrijwilligers.

Beleidsdoelen

1. Voorlichting en informatie
2. Lotgenotencontact
3. Belangenbehartiging en externe contacten
4. Ondersteuning en toerusting van leden bij zorgtaken

1. Voorlichting en informatie

Informatie werd verstrekt via het bureau op de Mauritskade (telefoon, folders, e-mail, persoonlijk contact etc.) De website wordt bijgehouden om actuele informatie te verschaffen en efficiënt door te verwijzen. Via de website worden mensen uitgenodigd om deel te nemen aan themabijeenkomsten, cursussen en trainingen.

'*Notities*', de nieuwsbrief van Ypsilon Amsterdam, verscheen 3 x met actuele informatie over hulpverlening, wonen, ontwikkelingen over de voortgang van de woonprojecten, buurtteams, dagbesteding, onderzoeken door de GGD, trainingen en cursussen voor mantelzorgers, tentoonstellingen, verslagen van bezoeken aan evenementen en conferenties.

De nieuwsbrief werd dit jaar aan een groot deel van de leden digitaal aangeboden. Sommige leden prefereerden de papieren versie.

Dit jaar is er achtmaal een *themabijeenkomst* georganiseerd, waarvoor gastsprekers worden uitgenodigd. De bijeenkomsten zijn gehouden in een gebouw van Mentrum.

- *Januari*: Carlos Lowijs, regiomanager Zuid-oost, was onze gastspreker over perMens dat zich richt op psychisch- en/of sociaal kwetsbaren door het bieden van begeleiding, woonvoorzieningen, dagbesteding, een Buurtkamer en creatieve mogelijkheden.
- *Februari*: Ralph Kupka, hoogleraar aan het Amsterdam UMC en ook als psychiater bij GGZ inGeest en Altrecht, vertelde ons over bipolariteit ofwel manische-depressiviteit in relatie tot psychose-gevoeligheid.
- *Maart*: Pien ter Voert, medebedenker en projectleider van Het Lichthuis in Amsterdam voor mensen in psychische nood die te goed zijn voor opname, waar ze in de avonduren of in het weekend terecht kunnen bij één van de drie locaties voor warmte, gezelligheid en lekker eten.
- *April*: Het Respijthuis (HVO-Querido) biedt kamers aan voor een 'respijt' van de thuissituatie voor mensen met een psychosociale of psychische kwetsbaarheid, die het even niet redden.

Doel is zoveel mogelijk bij te dragen aan het herstel van de gast en de terugkeer naar huis.

Martijn Fuldner en Fleur Krop, beiden ook ervaringsdeskundigen, vertelden over hun werk daar.

- *Mei*: Richard Vuijk, klinisch psycholoog bij Sarr/Antes deed onderzoek naar de behandeling van persoonlijkheidsstoornissen bij mensen met autisme en legde uit waarom beide problematieken naast elkaar kunnen bestaan.
- *Juni*: Gwen van Husen vertelde over haar promotieonderzoek bij de GGD A'dam naar de gevolgen van de ambulantisering voor mensen met EPA: Ernstige Psychiatrische Aandoening. In het onderzoek worden niet alleen cliënten betrokken, maar ook instellingen, gemeente, buurten en naasten.
- *Juli en Augustus*: twee excursies.
- *September*: Rinke van den Brink sprak over zijn boek "Ik ben er weer", over herstel na psychose. Zoon Sam, ook aanwezig, heeft het proces op film vastgelegd. De rol van naasten in het herstelproces werd besproken.
- *Oktober*: Film. Helaas vervallen.
- *November*: Zorgcoördinator Daniëlle Sonder van het Martien Schaaperhuis (HVO-Q) in Amsterdam-IJburg besprak het speciale karakter van deze woonvoorziening voor mensen met een psychische kwetsbaarheid en/of verslavingsgevoeligheid.
- *December*: geen themabijeenkomst, wel activiteit

2. Lotgenotencontact

Op 3^e *dinsdagen* kan men naar aanleiding van de gastsprekers vragen stellen en kan men zijn verhalen kwijt. Na afloop wordt er nagepraat in een naburig café.

Er zijn vijf *activiteiten voor mantelzorgers* georganiseerd:

- Bezoek met lunch in de Brouwerij, behandelcentrum voor mensen met een psychosegevoeligheid.
- Bezoek aan Museum van de Geest in Haarlem (voorheen 't Dolhuys) met een permanente tentoonstelling over psychiatrie en wisselende kunstexposities. Tijdens de lunch hebben we nagepraat.
- Bezoek aan het Outsider Art Museum in de Hermitage.
- Onder de naam 'Tentoonstelling 31553580 (obsessie) voor Nummers & Schema's' zagen we hoe mensen proberen grip te krijgen op de chaotische en ongrijpbare wereld door de werkelijkheid te reduceren tot overzichtelijke lijnen en getallen. Na het bezoek werden we rondgeleid door de ateliers waar kunstenaars onder begeleiding (van Cordaan) schilderen. In de bijbehorende galerie wordt hun werk verkocht. Tenslotte dronken we nog wat op het terras in de tuin van de Hermitage.
- Symposium over Familie: bescherming en belasting door de generaties heen, met sprekers en muziektheater, georganiseerd door het stedelijk netwerk Familie Telt, waarvan Ypsilon een trekker is.
- Eentje voor mantelzorgers bij restaurant Freud, onderdeel van Roads.

3. Belangenbehartiging en externe contacten

Om de belangen van de leden van Ypsilon goed te behartigen zijn er contacten geweest met:

Cliëntenbelang

- Er is deelgenomen aan de werkgroep Personen met onbegrepen gedrag (tot september; gestopt door functioneringsproblemen).
- Algemene vergaderingen/ en bijeenkomsten van Cliëntenbelang zijn bezocht o.a. achterbanoverleg, ALV, lustrumsymposium
- Contacten met GGD en onderzoek naar samenwerking veiligheid op straat. De eindpresentatie is bijgewoond.
- Deelname aan Regionale kenniswerkplaats onbegrepen gedrag.

- Deelname aan PAMA platform Amsterdam Anders
- Netwerk Familie Telt*
- Aan dit netwerk, dat door Ypsilon wordt gecoördineerd, nemen professionals en naasten deel van Arkin, GGZ inGeest, HVO Querido, Markant/Cordaan, UMC Amsterdam, de Regenbooggroep. Er zijn 3 bijeenkomsten gehouden.
 - In november is een jaarlijkse familie GGZ bijeenkomst georganiseerd met als thema Familie: bescherming en belasting door generaties heen.

Ypsilon landelijk Den Haag.

- Vertegenwoordiging in de ledenraad.
- Deelnemen aan online overleg en informatieverstrekking.
- Contacten over vragen, advies en informatie-uitwisseling.
- Deelname aan online vrijwilligersbijeenkomsten.
- Deelname aan werkgroep regionale ontwikkeling over wonen.
- Deelname aan de projectgroep onderzoek Wonen.
- Deelname redactie Ypsilon Nieuws.
- Deelname aan werkgroep regionale ontwikkeling over crisis.
- Deelname aan kennissessies.

Contacten met (GGZ-)instellingen

- Er is gesproken met HVO Querido over familiecontacten, het familiebeleid op papier en in de praktijk.
- Er is gesproken met de Dick Claassen en Ester Winkelhuis, partner- en familieondersteuners van de Regenboog.
- Er is deelgenomen aan naastentrainingen.
- MIND. Er zijn veel online informatiebijeenkomsten gevolgd. De landelijke MIND familiedag is door een aantal leden bezocht.
- Bezoeken aan verschillende recepties: met nieuwjaar en afscheid.
- Viering van het Eiwerk-jubileum

Contacten met gemeente/ deelraden/ politieke partijen:

- Er is contact met de gemeente en woningbouwverenigingen over het ontwikkelen en financieren van woonprojecten.
- Contact met GGD over Zorg op straat.
- Contact en samenwerking met afdeling Vroegsignalering.
- Er is overleg met de gemeente Amsterdam om een manier te vinden om de gemeenschappelijke ruimte en andere kosten structureel te financieren van de woonlocaties Staalmanoase en Kraaipanoase. Hiervoor zal de gemeente een product aanmaken.
- Buurtoverleg in Amsterdam Oost

Contact met woningbouwverenigingen

Om zelfstandig wonen mogelijk te maken is er regelmatig contact met woningbouwverenigingen. Er is contact met de Alliantie over woonlocatie Staalmanoase en met Ymere en Rochdale over woonlocatie Kraaipanoase.

Overige contacten

Onderzoek naar de mogelijkheid een naastenkring bij de ANE Amsterdams Netwerk Ervaringskennis op te richten.

Symposia/ congressen/presentaties

- Deelname aan het nationale Psychose Congres van Phrenos.
- Beeldend Gesproken: bezoek aan de Hallen
- Bezoeken aan concerten Eiwerk

4. Ondersteuning en toerusting van leden bij zorgtaken

Er is een maandelijks *open spreekuur* op kantoor, waar (nieuwe) leden over hun persoonlijke problemen kunnen praten. Deze spreekuren zijn met beperkte aantallen bezoekers 11x doorgegaan. Ervaringsverhalen zijn opgeschreven.

Naast het spreekuur op locatie is er een *telefonische hulp- en advieslijn* opgezet door twee vrijwilligers van de werkgroep Ypsilon. Er zijn in totaal ± 40 gesprekken gevoerd.

Werkgroep Wonen: Deze werkgroep beoogt de woonomstandigheden voor mensen die lijden aan schizofrenie en/of psychosegevoeligheid te verbeteren door meer en betere woningen en door een efficiëntere organisatie van de hieraan gekoppelde hulpverlening en begeleiding. De werkgroep als zodanig is in de zomer van 2023 opgeheven. In de toekomst kan bij een volgend oase-project een nieuwe werkgroep wonen worden gevormd. Ten behoeve van de woonprojecten de Kraaipanoase en de Staalmanoase verzorgen vrijwilligers van Ypsilon enkele praktische zaken als de huuradministratie, het regelen van kleine reparaties aan woningen en bij overdracht bij nieuwe bewoners de overdracht. Daarnaast zijn ze contactpersonen voor de buurt en de woningbouwcoöperatie. Ze zijn ook contactpersoon bij huurachterstand en/of overlast en zoeken samen met de zorginstellingen en het bestuur van de Oases naar oplossingen.

Een aantal naasten/familieleden is zeer betrokken bij het organiseren van activiteiten. Er is een maandelijks inloopspreekuur in de gemeenschappelijke ruimte van de Staalmanoase voor bewoners. In de Staalmanoase en Kraaipanoase zijn nu 64 woningen toegewezen. Er zijn bijeenkomsten georganiseerd voor de bewoners en hun naasten.

Helaas is het niet gelukt een *nieuwe lotgenotengroep* van Marokkaanse mantelzorgers op te zetten. Een vrijwilliger van Ypsilon houdt wel individueel contact met de deelnemers van de oude groep en geeft steun en begeleiding indien nodig.

Overige activiteiten

- Maandelijks werkgroepvergadering met notulen.
- Bijstellen van het beleidsplan.
- Start met reorganisatie van kantoor. De bibliotheek is geactualiseerd. Het kantoor gaat verbouwd worden zodat HVO-Querido de ruimte ook kan gebruiken. Gebruik op inschrijving. De ruimte blijft postadres, vergaderadres en voor contacten met leden; ook voor SWYA.
- Bijwerken en actualiseren van de website Ypsilon-Amsterdam.nl. Er is een begin gemaakt met het vernieuwen van de website.
- Schrijven van artikelen voor de nieuwsbrief en voor het landelijk Ypsilonbulletin. Laten drukken en verspreiden van het nieuwsbulletin (deels digitaal). Werven van vrijwilligers via de website van de vrijwilligerscentrale.

Organisatie Ypsilon Amsterdam

De werkgroep van de stichting Ypsilon Amsterdam bestaat uit 6 leden: M. Dessing (penningmeester), S. Gerrits, R. Loholter (secretaris), H. Otte, M. van der Most van Spijk, S. Dirckx, A. Wesselink.

Helaas is er nog geen voorzitter.

De Bureaugroep (telefoondienst/mail) bestaat uit: M. Dessing, H. Otte, A. Wesselink.

De werkgroep Stichting Wonen Ypsilon Amsterdam bestaat uit: R. Loholter, J. Dragt, G. Dijkstra, L. Baay, R. Giebels, L. Klaphake, Ulku Guner.

Daarnaast zijn er leden incidenteel aan de werkgroep verbonden.