

Jaarverslag over het jaar 2025 van Ypsilon Amsterdam

Inleiding

Ypsilon Amsterdam behartigt de belangen van familieleden en 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 2025 had Ypsilon Amsterdam 241 gewone leden en 50 steunleden (totaal 291 leden).

Op 31 december 2025 had Ypsilon Amsterdam 265 leden en 44 steunleden. Ook leden in de wijde omgeving van Amsterdam maken gebruik van de diensten van Ypsilon Amsterdam.

Niet-leden maken steeds meer gebruik van de diensten van Ypsilon Amsterdam. In 2025 waren 18 vrijwilligers betrokken bij de vereniging.

Digitaal communiceren is toegenomen: in contacten met leden, in vergaderen met o.a. Ypsilon landelijk en Cliëntenbelang. Informatieverstrekking is door Boven Jan (een 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. Ook is er telefonisch informatie verstrekt en zijn er persoonlijke gesprekken gevoerd.

Er is veel werk verricht voor de woongroepen: de Kraaipanoase en de Staalmanoase (2x ongeveer 30 woningen met een gemeenschappelijke ruimte) door de SWYA (Stichting Wonen Ypsilon Amsterdam): de stichting verantwoordelijk voor de huren van de oases en de daarbij behorende begeleiding van de bewoners. In 2025 is er een verandering tot stand gekomen in het bestuur.

De verbouwing van de Mauritskade is afgerond: gevolgen zijn er o.a. voor het digitaal werken.

Hiervoor is er een laptop aangeschaft, die bij de secretaris ondergebracht is. Ook is het mailadres veranderd.

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 is vernieuwd en 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 voor een groot deel van de leden digitaal aangeboden. Sommige leden prefereerden de papieren versie. De nieuwsbrief staat ook op de website.

Dit jaar is er achtmaal een *themabijeenkomst* georganiseerd (3^e dinsdag), waarvoor gastsprekers worden uitgenodigd. De bijeenkomsten zijn gehouden in een gebouw van Mentrum.

- *Januari*: Maria Hoeffnagel, preventiemedewerker bij Prezens (GGZinGeest): besprak hoe om te gaan met levend verlies.
- *Februari*: Meijmet Yucel, sociaal psychiatrisch verpleegkundige gaf uitleg over de door hemzelf ontwikkelde Yucelmethode ontwikkeld. Dit is een methode om gesprekken te voeren met psychosegevoelige mensen aan de hand van . Er wordt gebruik gemaakt van gekleurde blokken van verschillende grootte. Doel is dat de client meer inzicht krijgt in zijn situatie en ziet op welke manier hij zijn leven meer in eigen hand kan nemen.
- *Maart*: Iris Hamers vertelde over haar promotieonderzoek, dat gericht is op de man-vrouw verschillen bij psychose. Ze besprak verschillen tussen de hersenen van vrouwen en mannen en de invloed van hormonen. Het doel van het onderzoek is de zorg beter af te stemmen op de specifieke situatie behoeften van vrouwen en mannen.
- *April*: Moni Hanasbei, buurtteam en Niels bakker, ervaringsdeskundige bij team Ed. Over hulp aan psychisch kwetsbaren in de buurtteams. Niels vertelde een persoonlijk ervaringsverhaal.
- *Mei*: Rianne Bouwman, naastenconsulent in de spoedeisende psychiatrie van Arkin, Rianne besprak de rol en het belang van naasten bij een crisisopname.
- *Juni*: Jan Jacobs, wijkagent. Hij deelde zijn ervaringen met zorgmijders, die dakloos waren en hoe hij ze probeerde toe te leiden naar zorg en een woning.
- *September*: Celine van den Berg, persoonlijk begeleider Van Start. Wegens ziekte niet doorgegaan.
- *Oktober*: Peter Hoogland, GGD (Vangnet een Advies) en lange ervaring bij het Leger des Heils besprak de problemen van mensen met ernstige psychische problemen bij het vinden van een dak boven hun hoofd.
- *November*: Natascha den Bleijker, psycholoog en onderzoekster bij UMCUtrecht.: over leefstijl en psychische kwetsbaarheid. Zij besprak onderzoek en bevindingen en leefstijlinterventie bij mensen met ernstige psychische kwetsbaarheid met het doel het leven kwalitatief te verbeteren.

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 drie *activiteiten voor mantelzorgers* georganiseerd:

- *Juli*: Bezoek aan het Outsider Art Museum in de Hermitage. De tentoonstelling Animal Therapy: de mens en zijn dierlijke muze.
- *Augustus*: Bezoek aan de voormalige zorgboerderij de Boterbloem in de Lutkemeerpolder.
- *December*: Etentje voor mantelzorgers bij restaurant Freud, onderdeel van Roads.

Daarnaast werd op 13 november de jaarlijkse naasten-ggz-bijeenkomst georganiseerd door het stedelijk netwerk Familie telt, waarvan Ypsilon de trekker is. Het thema was: contact: afstand en nabijheid; zoektocht naar verbinding met de ander en jezelf. Er waren prestaties door ervaringsdeskundigen, er was muziek, film en discussie. Er waren 90 deelnemers, waarvan tweederde ggz-mantelzorgers en een derde hulpverleners.

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 bijeenkomsten en symposium van de regionale werkplaats Personen met onbegrepen gedrag (leercirkel samenwonen)
- bijeenkomsten van Cliëntenbelang zijn bezocht o.a. achterbanoverleg.
- Bijeenkomst Cliëntenbelang Amsterdam voor iedereen o.a. met podcast EPA

- Deelname aan de regionale werkgroep Grip op onbegrip: bespreking van casussen EPA. Lid van de groep ervaringsdeskundigen.

Netwerk Familie Telt

- Aan dit netwerk, dat door Ypsilon wordt gecoördineerd, nemen professionals en naasten deel van Arkin, GGZ inGeest, HVO Querido, Markant/Cordaan en de Regenbooggroep. Er zijn 4 bijeenkomsten gehouden en er is een symposium georganiseerd.

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 redactie Ypsilon Nieuws.
- Deelname aan kennissessies.

Contacten met (GGZ-)instellingen

- Bezoeken aan verschillende recepties: met nieuwjaar en afscheid.
- Aanwezigheid bij de presentatie van de Arkin app
- Bezoek aan Rotterdamse presentatie van project Ze zijn toch niet gek, waarbij hulpverleners (ambassadeurs uit de migrantengroep) aangesteld zijn, die werden getraind om voorlichting en ondersteuning te geven aan naasten van psychiatrische patiënten.
- Aanwezigheid bij bijeenkomst over onbegrepen gedrag en wonen en het recht op wonen georganiseerd door woningbouwverenigingen in pakhuis de Zwijger.

Contacten met gemeente/ deelraden/ politieke partijen:

- Er is contact met de gemeente ter verantwoording van de subsidie.
- Het opzetten van een leercirkel 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.
- Buurtoverleg in Amsterdam Oost: deelname aan buurttafels

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.
- Er is een overleg geweest met de familie/naastenorganisatie van Arkin (Pia van Haren). HVOQuerido (Renee Mayer) en GGZInGeest (Christa van Boekel en Lucia van Poorten)
- Er is gesproken met Ada Bolder van de Latei over wonen.
-

Symposia/ congressen/presentaties

- Bijwonen van een bijeenkomst van Outsider Art om hun verhuizing aan te kondigen.
- Deelname aan een congres Mentale Gezondheid/ Jim van Os
- Deelname aan het nationale Psychose Congres van Phrenos door 7 leden.
- 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 en niet-leden over hun persoonlijke problemen kunnen praten. Deze spreekuren zijn met beperkte aantallen bezoekers 12x 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 ± 30 gesprekken gevoerd.

Werkgroep Wonen: Ten behoeve van de woonprojecten de Kraaipanoase en de Staalmanoase verzorgden vrijwilligers van Ypsilon jarenlang enkele praktische zaken als de huuradministratie, het regelen van kleine reparaties aan woningen en bij overdracht bij nieuwe bewoners de overdracht. Daarnaast waren ze contactpersonen voor de buurt en de woningbouwcoöperatie. Ze waren ook contactpersoon bij huurachterstand en/of overlast en zochten samen met de zorginstellingen en het bestuur van de Oases naar oplossingen. Deze werkzaamheden zijn eind oktober overgedragen aan het nieuwe bestuur van SWYA. Het nieuwe bestuur gaat gezien de omvang van de werkzaamheden en verantwoordelijkheden meer professionaliseren.

Een aantal naasten/familieleden is zeer betrokken bij het organiseren van activiteiten in de woonlocaties. Er zijn bijeenkomsten georganiseerd voor de bewoners en hun naasten.

Overige activiteiten

- Maandelijkse werkgroepvergadering met notulen.
- Bijstellen van het beleidsplan.
- Het kantoor is verbouwd en we gebruiken nu de ruimte, die bekend staat als aquarium. De bibliotheek is geactualiseerd.
- De website Ypsilon-Amsterdam wordt bijgehouden.
- Schrijven van artikelen voor de nieuwsbrief en voor het landelijk Ypsilonbulletin.

Organisatie Ypsilon Amsterdam

De werkgroep van de stichting Ypsilon Amsterdam bestaat uit 7 leden: S. Gerrits (voorzitster), R. Loholter (secretaris), M. Dessing (penningmeester), H. Otte, M. van der Most van Spijk, S. Dirckx, A. Wesselink.

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

De werkgroep Stichting Wonen Ypsilon Amsterdam bestaat uit: R. Loholter, G. Dijkstra, L. Baay, R. Giebels, L. Klaphake, Ulku Guner. In oktober is deze werkgroep gestopt en zijn de werkzaamheden overgedragen aan een nieuw bestuur met o.a./ de voorzitters van de woonoases.