

Secretariaat : Pastoriestraat 147
5612 EK Eindhoven
Redactie : BergerOlgaM@cs.com
Belangenbehartiging : 06-2397 92 41



Nieuwsbrief oktober 2019

Ypsilon afd. Eindhoven & de Kempen 8 oktober **Ledencontactavond**
Aanvangstijd 19.30 uur. Inspiratiecentrum, Grote Beekstraat 8, Eindhoven.

Thema- en contactavonden 2019 afdeling Eindhoven & de Kempen

xx	xx	xx
xx	xx	8 oktober
xx	xx	12 november
xx	xx	10 december

Iedere 2^e dinsdag van de maand om 19.30 uur.

Inleveren kopij voor het volgende regionieuws: 23 oktober 2019. BergerOlgaM@cs.com

Uitnodiging ledencontactavond 8 oktober

Locatie: Inspiratiecentrum, Grote Beekstraat 8,
 Landgoed De Grote Beek, hoofdingang aan de Boschdijk te Eindhoven.

Parkeren: De richting naar parkeerplaats P6 en het Inspiratiecentrum wordt met Ypsilonbordjes
 aangegeven.

Aanvang: 19.30 uur

Thema: Ledencontactavond

Voorzitter: Olga Berger

De contactavonden zijn bij uitstek de gelegenheid om je verhaal te doen en tips en adviezen van lotgenoten te krijgen. Vind je het moeilijk om de weg te vinden in GGZ-land, dan zijn er altijd mensen aanwezig die je de weg kunnen wijzen.

Tot 8 oktober, Olga Berger.

Verslag regioavond 10 september 2019.

Olga is de avondvoorzitter en heet onze bezoekers en gast van harte welkom.

De spreekster van deze avond is Yvonne van den Meijdenberg. Zij is familiecoach en trainer familiezorg, werkzaam bij Expertisecentrum Familiezorg in Tilburg.

Email adres yvandenmeijdenberg@exfam.nl Telefoon: 06 – 15 43 17 65

Het gaat vanavond over het begeleiden van families die langdurige en intensieve zorg nodig hebben. De familiecoach helpt hierbij en onderkent de gevolgen die een ziekte binnen het gezin kan hebben. De werkwijze is als volgt. De coach gaat met het hele gezin om tafel zitten. Iedereen luistert naar elkaars verhaal. Open communicatie leidt tot minder stress. Alles kan besproken worden. Op deze manier leer je ook de structuur van het gezin beter kennen.

Onderzocht wordt hoe de balans binnen het gezin hersteld kan worden. Heel belangrijk zijn de vragen en de manier waarop je de vragen stelt. Spreek jouw wensen en verwachtingen uit. Geef elkaars posities en rollen aan. En als je niet tot een afstemming komt, ga dan onderhandelen. Wijs nooit een schuldige aan. Door de gesprekken krijgt ieder een beter inzicht. Mensen voelen zich nogal eens schuldig bij zorg in de familie. De zieke wordt vaak als zondebok aangewezen. Vraag aan de overige gezinsleden of zij zich te kort gedaan voelen.

Als de kennis van de familiecoach ontoereikend is, wordt de juiste deskundige er bij gehaald. Ook de professionals die bij het gezin betrokken zijn, worden zoveel mogelijk met elkaar in contact gebracht.

Communicatie tussen de professionals is belangrijk. Wissel niet alleen maar dossiers uit! Het is vooral essentieel dat de professionals inzien dat het gezin heel belangrijk is. Uiteindelijk vinden zij het heel prettig om samen te werken. Belangrijk is dat er een klik is tussen het gezin en de professionals. Op het moment dat de zorgverlening gestart is, neemt de zorgcoach afstand maar houdt wel de vinger aan de pols om het verloop van het proces te volgen.

De gemeente Tilburg geeft subsidie aan de stichting Exfam welke op haar beurt een jaarverslag maakt ter verantwoording van de besteding van de gelden.

Hierna volgt een filmpje waarin de werkmethode getoond wordt. Zeven betrokkenen vertellen hun verhaal en mening. De zieke, de verwanten, de professionele hulp en de zorg. Herkenbaar is dat gezinsleden eerst ontkennen dat er iets aan de hand is. Men is vaak onbekend met de ziekte en gevolgen. De naasten zijn emotioneel betrokken. Men verwacht vaak van de hulpverlener dat hij de zieke geneest. Mensen kijken veelal op verschillende manieren naar de zorgverlening.

1. Gezinsleden die zelf zorg verlenen.
2. Zij die om hulp vragen.
3. Hier heb je de zieke, zorg maar voor hem.

Aan de hand van een voorbeeld, wordt het proces nader uitgelegd.

Helaas kennen wij in Eindhoven een stichting als Exfam nog niet. Wij Eindhoven is vooral gericht op het oplossen van kleine problemen en bij hen ontbreekt het nogal eens aan expertise. Het bestuur van Ypsilon afd. Eindhoven & de Kempen gaat een aantal vragen op haar bestuursvergaderingen bespreken.

Het was een heel intensieve avond waarbij vele verhalen verteld werden over onze eigen ervaringen. Misschien moeten wij er nog een keer op terugkomen in een toekomstige regioavond. Hierbij ook een oproep om jouw verhaal eens op schrift te stellen en te delen met onze leden. BergerOlgaM@cs.com.

Olga bedankt onze spreekster en ook ons voor de aanwezigheid en bijdragen aan deze avond en sluit de vergadering en nodigt ons allen uit voor de volgende regioavond in het Inspiratiecentrum Grote Beekstraat 8.

Hans van den Hoek

Diensten FACT-teams.

Het POD-team en de FACT-teams zijn van maandag tot en met vrijdag van 8.30 tot 17.00 uur bereikbaar op telefoonnummer **040-410 04 51**.

Wanneer er in geval van nood en/of dreigende crisis buiten deze tijden hulp nodig is kan er contact worden opgenomen met de huisarts of de spoeddienst.

Wanneer inzet in het weekend nodig is, zullen de teams meer gebruik maken van IHT GGzE.

Om meer crisissen te voorkomen werken de FACT-teams in het weekend enige uren door en bezoeken cliënten die in crisis dreigen te raken, zodat wat er door de week is bereikt om de crisis te voorkomen, tijdens het weekend niet verloren gaat.

POD-team: Peer-supported open dialogue-team

FACT-team: Flexible assertive community treatment-team

IHT GGzE: Intensive home treatment van Geestelijke gezondheidszorg Eindhoven en omgeving

Workshop ‘Verbindende gespreksvaardigheden voor familie’ (bericht van Ypsilon landelijk)

Herkent u dit? Uw naaste heeft last van stemmen en begint daardoor de dag als die al half voorbij is. Hij lacht op ongepaste momenten en heeft moeite met alledaagse bezigheden. Zijn vrienden laten zich steeds minder zien en de opleiding is inmiddels gestaakt. U kunt hem niet bereiken en heeft het gevoel tegen een muur te praten. Hij zegt als u erover begint: ‘Met mij is niets aan de hand’.

Gebrek aan ziekte-inzicht bemoeilijkt het contact met onze zieke familieleden. Ypsilon ontwikkelde met steun van psychiater Jules Tielens een workshop waarin u leert in gesprek te raken en te blijven met een familielid, dat kampt met een gebrek aan ziekte-inzicht.

Deze workshop wordt georganiseerd in kader van project ‘Familie als missing link’ waarbij onderzoek wordt gedaan naar familie-aanbod in zelfregie en/of herstelcentra met financiering van ZonMW.

De workshop geeft uitleg en biedt praktische oefeningen. Aan de hand van voorbeelden leert u vaardigheden en hoe u die in uw situatie kunt toepassen.

De (online) **brochure** ‘Ziek? Hoezo ziek?’ over verbindende gespreksvaardigheden geeft achtergrondinformatie en verdieping bij de workshop. Meer informatie vindt u op www.ypsilon.org/hoezoziek.

Graag stellen we u in de gelegenheid om deel te nemen aan de workshop in Oss.

Locatie: Oss

Datum: zaterdag 26 oktober van 11.00 uur tot 16.00 uur

Plaats: na inschrijving en betaling ontvangt u de gegevens van de locatie

Bijdrage: voor leden € 75,- /niet-lid: € 150,- Ypsilon zorgt voor koffie/thee en lunch

U kunt de bijdrage overmaken op **NL75 INGB 0004 7365 38** t.a.v. Ypsilon, onder vermelding van

‘**workshop 26 oktober**’ en uw **naam, woonplaats en e-mailadres**.

Zie: blad 4

Aanmelding

U geeft zich op voor de workshop door een e-mail te sturen naar pfernandes@ypsilon.org of te bellen met 088- 000 21 20. **Let op:** Uw aanmelding is pas definitief als wij uw bijdrage hebben ontvangen. Dan krijgt u ook de gegevens van de locatie. De workshop gaat door bij een minimum van 12 deelnemers.

Advies

In deze workshop is geen ruimte voor persoonlijke adviesvragen. Zit u met een actueel probleem, dan kunt u vooraf contact opnemen met de Ypsilon adviesdienst (088 - 000 21 20), zodat u in de workshop zoveel mogelijk kunt leren van de methodiek.

Voetnoot Ypsilon afd. Eindhoven & de Kempen

In oktober 2016 vond deze workshop ook in Eindhoven plaats. We hebben toen (Regionieus september 2016 blz. 16 en 17) aangeboden om voor deze workshop/cursus de kosten van € 75,- voor onze donateurs te vergoeden als ze daar prijs op stellen. We hebben er ook nu een budgetje voor en we herhalen hierbij het aanbod van toen. Let op: u moet zich eerst ZELF inschrijven en ZELF de kosten betalen.

Daarna pas neemt u contact op met Piet van der Linden (contact@ypsilonedk.nl, 040-24 21 076) of Ad Huijbregts (0497-38 30 49) voor de restitutie die dan rechtstreeks vanuit de afdeling naar uw bankrekening gaat. Let op: alleen voor onze afdelingsdonateurs.

Ons doel: zo veel mogelijk mensen aan deze zeer nuttige workshop laten deelnemen.

Helpt minder opnamedagen met het KR8-herstelprogramma voor FACT

Het herstelprogramma KR8 (Kracht) kan het aantal klinische opnamedagen van mensen met psychosegevoeligheid met maar liefst 56 procent verminderen. Dat blijkt uit een onderzoek van promovendus Mark de Jong (psychiater Yulius GGZ) dat in augustus werd gepubliceerd in het vaktijdschrift BMC Psychiatry.

KR8 is een nieuw herstelprogramma dat door ambulante (FACT/wijk-) teams aangeboden wordt aan patiënten met een psychosegevoeligheid. In het programma worden effectieve interventies, zoals psycho-educatie, op een methodische, gestructureerde wijze groepsgewijs aangeboden aan deelnemers. De implicaties van de aandoening op alle belangrijke levensdomeinen komen wekelijks gedurende 6 tot 9 maanden aan bod. Diverse groepsactiviteiten en een gezamenlijke lunch maken deel uit van het programma. Ook familie en naasten worden nadrukkelijk betrokken en er wordt aandacht besteed aan een gezonde leefstijl, voeding, lichaamsbeweging en werk.

In het onderzoek werden twee groepen patiënten met een verhoogd risico op heropname met elkaar vergeleken. De ene groep kreeg de standaard FACT-behandeling plus KR8, de controlegroep ontving de standaard FACT-behandeling. Patiënten die met het KR8-programma werden behandeld bleken gemiddeld per patiënt 19,4 dagen minder te zijn opgenomen. Opvallend is dat de Nederlandse onderzoeksresultaten nagenoeg overeenkomen met de percentages in Engels en Duits onderzoek.

Vertaald naar kosten leverde het KR8-programma in dit onderzoek een kostenbesparing op van ongeveer € 4.000 per patiënt. In deze vergelijking zijn de inspanningen van twee extra medewerkers meegerekend, die ten behoeve van het onderzoek zijn ingezet. Als de naar kosten van klinisch verblijf werd gekeken, was de besparing met het KR8-programma ongeveer € 7.100 per patiënt.

Veelbelovend dus!!

=====