

Secretariaat : Pastoriestraat 147
5612 EK Eindhoven

Redactie : BergerOlgaM@cs.com

Belangenbehartiging : 06 - 2397 92 41



Naastbetrokkenen van iemand met een psychotische kwetsbaarheid

Nieuwsbrief

Nieuwsbrief december 2020

Ypsilon afd. Eindhoven & de Kempen.

GEEN algemene ledenvergadering op dinsdag 8 december aanstaande in verband met de voortdurende beperkingen rondom het coronavirus.

Redactioneel

Wanneer kan het weer, bij elkaar komen voor een regioavond? Die vraag is moeilijk te beantwoorden, zeker omdat de meeste van ons tot de kwetsbare groep behoren. Dit redactionele bericht kondigt dus géén bijeenkomst aan. De coronacijfers maken het er niet beter op en de maatregelen die steeds veranderen ook niet. Tot de vaccinatie is uitgerold over het land, lijkt het niet verstandig om een bijeenkomst te houden. Het bestuur is er huiverig voor om de ledenvergadering van 8 december te houden en heeft besloten die NIET door te laten gaan. Het was gezellig geweest om iedereen eindelijk weer te zien, maar het zit er gewoon niet in met de huidige maatregelen. Die veranderen eventueel wel weer, maar het besluit is genomen om niet bij elkaar te komen. Wanneer wel? Misschien breekt er na de feestdagen een nieuwe golf uit en dus is daar geen peil op te trekken. Om jullie iedere keer te laten weten dat een bijeenkomst niet doorgaat, begint een beetje vervelend te worden, voor zowel jullie als voor ons. We gaan het anders doen: we sturen pas een volgende Nieuwsbrief of Regionieuws zodra we weer wel veilig bij elkaar kunnen komen. Dat kan dus misschien best nog wel eens enkele maanden duren

Wellicht een tip om toch voeling te houden met lotgenoten: Ypsilon landelijk heeft een aantal workshops en bijeenkomsten online via Zoom.

Rest me om jullie geweldige feestdagen te wensen, ondanks het feit dat die er bijna zeker heel anders uitzien dan anders. Hopelijk gaat het met jullie zieke naaste redelijk tot goed en laat dat toch nog een lichtje schijnen tijdens de donkere dagen.

Fantastische dagen toegewenst,

Olga Berger



Inleveren kopij

Inleveren kopij voor het volgende regioblad:

Zodra u iets hebt graag opsturen! We sparen het op tot er een volgende Nieuwsbrief of Regionieuws-boekje komt in het nieuwe jaar. Zie: Redactioneel hierboven.

BergerOlgaM@cs.com.

Voor de jaarplanners:

De regioavonden van Ypsilon afd. Eindhoven & de Kempen in **2021**

(in gewone tijden iedere 2e dinsdag van de maand om 19.30 uur):

12 januari ??	11 mei	14 september
9 februari ??	8 juni	12 oktober
9 maart ??	xx	9 november
13 april ??	xx	14 december

Site voor gratis advies GGzE

GGzE heeft rond 1 mei een advies-website in het leven geroepen. Mensen met psychische problemen in tijden van corona kunnen er gratis advies krijgen. Op de website van GGzE wordt ingegaan op thema's als angst voor coronabesmetting, de drukte van het thuis werken, piekeren en relatiestress. De site sluit aan bij de landelijke overheids campagne die 29 april begon om meer aandacht te vragen voor mentale problemen in de huidige tijd. De site is ook bedoeld om huisartsen en andere hulpverleners in de geestelijke gezondheidszorg te ondersteunen.

Het aantal aanmeldingen van mensen in geestelijke nood is sinds het begin van de coronacrisis gehalveerd, bleek eerder uit onderzoek van NRC Handelsblad en GGZ Nederland. Een vermoedelijke oorzaak is dat de drempel om een beroep te doen op artsen nu hoger ligt dan anders. Bij de GGzE is het beroep op ambulante hulpverlening sinds het begin van de crisis met zo'n vijfendertig procent afgenomen, meldde bestuursvoorzitter Joep Verbugt voorafgaand aan de lancering van de website. Daar staat tegenover dat het aantal acute opnamen is toegenomen. De verwachting is dat het beroep op ambulante hulpverlening weer zal toenemen zodra de crisis voorbij is. Burgemeester Jorritsma van Eindhoven juicht het initiatief van de GGzE toe. 'Ik denk dat Eindhovenaren die behoefte hebben aan een geestelijk steuntje in de rug hier hun antwoord vinden of de weg wordt gewezen.'

Bron: Eindhovens Dagblad van 2 mei 2020.

Tanja Tillemans nieuwe voorzitter MIND Ypsilon

Tanja Tillemans is de nieuwe voorzitter van MIND Ypsilon. Ze volgt Jan Zandijk op, die 9 jaar lang aan het hoofd stond van de organisatie die zo'n 4.500 familieleden en naasten verenigt van mensen met een verhoogde psychosegevoeligheid. Tillemans (51) zat al enige tijd in het bestuur van de vereniging toen ze besloot de stap te wagen naar het voorzitterschap. Met een achtergrond als 'zus-van' én als oud-hulpverlener in de GGZ weet ze goed wat er speelt. Zandijk is blij met zijn opvolgster: "MIND Ypsilon komt weer in een nieuwe fase en dan is het goed dat het bestuur weer met frisse ogen kan kijken."

Daarmee is het aan Tillemans om een nieuwe invulling te geven aan waar Ypsilon volgens Zandijk al die jaren voor heeft gestaan: "We voeren strijd, zoeken verbindingen, bedenken strategieën, zijn altijd op weg naar menslievende, presente zorg, een betere GGZ. We berusten niet in wat onveranderbaar lijkt en omarmen nieuwe, perspectief biedende bewegingen."

Die uitdaging gaat zijn opvolgster graag aan. Wat haar betreft ontwikkelt MIND Ypsilon zich verder tot een netwerkorganisatie die aanjaagt waar het kan en oppakt waar het moet. Want de missie van Ypsilon is nog niet voltooid. "Veel mensen missen de menselijke warmte in het contact met de hulpverlening bijvoorbeeld, terwijl ze die juist nu zo hard nodig hebben. Dat zie ik bij familie en naasten, maar ook bij cliënten en professionals." Zelf heeft ze wel een beeld van hoe het beter kan. "Onmacht ligt aan de basis van veel problemen. Het helpt als je dat aan beide kanten erkent en daarna een gezamenlijke weg zoekt om door te gaan."

De lichtheid van Tillemans is opvallend in een veld waar het vaak gaat over zware problematiek. Maar het tekent de nieuwe voorzitter van MIND Ypsilon: "Ik zie zeker hoe zwaar de problematiek van onze achterban kan zijn. Maar ik zie ook een vereniging waarin het leuk is en waar je als vrijwilliger je ei in kwijt kan. Kennelijk hoeft dat elkaar niet te bijten."

Tillemans kijkt met bewondering terug naar de voorzittersperiode van Jan Zandijk. "Jan heeft tientallen jaren bestuurlijke ervaring en is de verbinder geweest die Ypsilon zocht. Onorthodox, wars van onnodige formaliteiten en met oog voor de presentie die Ypsilon voorstaat. Daar kan ik nog veel van leren, maar hij blijft op de achtergrond beschikbaar." Volgens de statuten had Zandijk nog een derde termijn mogen maken, maar hij was zelf degene die daar van af zag. "Als we vinden dat zorginstellingen hun bestuur en toezicht tijdig moeten vernieuwen, dan moeten wij dat ook doen."

Bron: Ypsilon landelijk



Het LichtCafé is de projectstatus ontgroeid!

De formule van het LichtCafé is een groot succes gebleken. Deelnemen aan het LichtCafé is laagdrempelig en de ervaringen die zijn opgedaan in de projectfase zijn veelbelovend. Het verlenen van decharge aan dit project waardoor het een geborgd onderdeel is binnen het totale behandelaanbod van GGzE was het logische vervolg op een inspirerende projectfase.

Deelnemers die lichttherapie ontvangen, worden verwelkomd in een aangename omgeving waar zij, terwijl zij lichttherapie ontvangen, een krant kunnen lezen, email checken, een kopje koffie kunnen drinken of een praatje kunnen maken. In het LichtCafé zijn altijd deskundige medewerkers aanwezig die deelnemers kunnen begeleiden met deze therapie en desgewenst deelnemers kunnen helpen met adviezen om een gezonde leefstijl te ondersteunen. Behalve dat er therapie wordt geboden wordt er tevens onderzoek gedaan naar de beleving en de effectiviteit van deze therapie.

In de laatstgehouden cliëntervaringsmeting beoordeelden de deelnemers van het LichtCafé de ontvangen therapie met een 8,2!

Diensten FACT-/POD-teams

De FACT-teams en de POD-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/huisartsenpost of de crisisdienst.

Soms zijn er met name in de weekenden problemen met de bezetting van de telefoon bij de diensten. Bij een echte crisis is dan 112 een uiterste mogelijkheid.

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

Om meer crisissen te voorkomen werken de FACT-/POD-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.

Namens het bestuur voor al onze leden, voor hun familie en voor alle hulpverleners:

Fijne feestdagen gewenst en dat veel in het nieuwe jaar maar weer mag gaan worden zoals het ooit eerder was.

