

Maandag, dinsdag  
donderdag  
10.00 - 13.00 uur

Groei Rijk

# LOOP BINNEN MET JE VRAAG!

**Groeipunt De Grije Generaal** voor cliënten en naastbetrokkenen

Winston Churchillaan 75, 5623 KW Eindhoven



## Wil je je leven een positieve stimulans geven?

Kom gerust bij ons langs om inspiratie op te doen.  
We willen graag onze waardevolle ervaringen,  
inzichten en ideeën met je delen.  
We zitten voor en met jou 'aan tafel'.

## Waar zijn wij te vinden?

In de koffieruimte van de ontvangsthal van De Grijze Generaal.  
Aan de eerste tafel aan de rechterkant.

Maandag	van 10.00 tot 13.00 uur
Dinsdag	van 10.00 tot 13.00 uur
Donderdag	van 10.00 tot 13.00 uur

Bij het Groeipunt kan je je vraag stellen aan cliënten, naastbetrokkenen en ervaringsdeskundigen van GroeiRijk. Tijdens openingstijden zijn we ook telefonisch bereikbaar op **06-83 66 39 72**.



A close-up, black and white photograph of a dog's face, showing its eye and part of its snout. The dog is looking towards the right. The image is used as a background for the left side of the page.

Ook hulpverleners  
zijn welkom om de  
deelnemende organisaties  
beter te leren kennen  
en hun bijdrage  
te leveren.

RENATE VAN DE GRAEF  
Verpleegkundig Specialist

*"Het afgelopen jaar heb ik  
vaak en met veel succes  
samengewerkt met  
het Groeipunt!"*

## Wat is GroeiRijk eigenlijk? Wie zijn wij?

GroeiRijk is eigenlijk een verzamelnaam voor 'steun'. In de breedste zin van het woord. We geloven in de enorme kracht die in ieder mens aanwezig is. We willen je steunen bij de weg die jij bewandelt en je helpen bij de ontwikkeling die jij doormaakt. Jouw talenten en persoonlijke groei staan voorop!

### Vraag maar raak!

Bij het Groeipunt zitten mensen die soortgelijke situaties hebben meegemaakt. Of het nu gaat over jouw behandeling, die van je partner, je kind of familielid.

Wacht je op een behandeling en heb je nu al vragen? Of wil je gewoon even praten over wat je bezighoudt?

Binnen De Grijze Generaal en ook daarbuiten weten we de weg. En als we het niet weten dan zoeken we die samen met jou. We helpen je kennis te maken met zelfhulp- en naastenorganisaties die een waardevolle bijdrage kunnen leveren aan jouw herstel of dat van je familielid. En elk van die organisaties heeft zijn specialisatie.

En wil je naast de reguliere gezondheidszorg nog wel wat extra steun? Informeer bij ons naar de mogelijkheden van informele zorg

# Wie kun je zoal aantreffen 'aan tafel'?

## Tim

*Herstellen kan*



Mijn naam is Tim Beduhn en ik zet mijn ervaring met 'herstel' graag in bij verschillende instellingen. Zo ben ik met veel plezier werkzaam als coach bij Markieza, behartig ik belangen als cliëntenraadslid bij GGzE en geeft het me veel voldoening om groepsbegeleider te zijn bij het Zelfhulpnetwerk Zuidoost-Brabant.

Ik zit klaar voor een praatje en een kop koffie. Wil je me ontmoeten? Dat kan op maandag van 10.00 tot 13.00 uur.

## René en Wim

*Praat eens met iemand die hetzelfde heeft meegemaakt*



Op zelfregietool.nl vind je veel praktische informatie en ervaringsverhalen. Je kunt er contact leggen met iemand die ooit hetzelfde heeft meegemaakt. Iemand die je begrijpt, ervaring heeft en je weer verder kan helpen. Of iemand die je nieuwe inzichten geeft.

Je kunt communiceren met René, Antoinet, Janneke en Wim via e-mail, WhatsApp of telefonisch. Maar het kan ook gewoon bij een kopje koffie of in een groep. Precies zoals jij het wilt! Verder vind je op de website hulp, zorg en ondersteuning in de buurt.

Bel of WhatsApp naar: 06-30 96 25 21 of kijk op [www.zelfregietool.nl](http://www.zelfregietool.nl).



## **Annelies, Rob en Jos**

*vrijwilligers van Naasten voor Naasten (NvN)*



NvN staat voor het contact met naasten van een cliënt. Vanaf het begin van een behandeling in samenwerking met de hulpverleners.

Onze mensen luisteren met aandacht en empathie naar het verhaal van de naasten. Ze geven bevestiging en herkenning. NvN is een groep ervaringsdeskundigen die vrijwillig andere naasten willen helpen bij het herstel of begeleiden van hun geliefde, familie, vriend of bekende. Niet berusten in het lot of het onbegrip van de omgeving, maar samen en met hulpverleners iets ondernemen, begrip en kennis overbrengen en informatie uitwisselen. Er niet alleen voor staan en samen de weg vinden binnen de zorg.

Voor meer informatie over deze organisatie:  
[www.naastenvoornaasten.nl](http://www.naastenvoornaasten.nl). Je kunt ook altijd mailen:  
[nvneindhoven@outlook.com](mailto:nvneindhoven@outlook.com).

## **Tejo en Piet**

*Ypsilon Eindhoven & de Kempen*



Deze organisatie werkt aan de ondersteuning en belangenbehartiging van naasten van mensen (familie – vriend(in) – partner – burens – collega) met een psychotische kwetsbaarheid zodat zij in staat zijn hun naaste te steunen bij diens herstel.

Mochten er problemen ontstaan rondom je verwarde naaste waar je niet uitkomt, bel dan 06-23 97 92 41.

In de regio Ypsilon Eindhoven & de Kempen is deze afdeling van de landelijke vereniging Ypsilon actief.

Onze regionale website is: [www.ypsilonedk.nl](http://www.ypsilonedk.nl).  
De website van ypsilon landelijk is: [www.ypsilon.org](http://www.ypsilon.org).

## Rob Lammers

*Mentorschap Zuidoost-Brabant*



Rob Lammers is ambassadeur bij GroeiRijk en zit ook aan tafel namens de stichting voor Vrijwillig Mentorschap “Mentorschap Zuidoost-Brabant”. Hij werft mentoren en ondersteunt hen bij het uitvoeren van hun taak.

Een groeiend aantal mensen heeft behoefte aan mentorship, maar kan hiervoor niet terugvallen op familie of vrienden. Voor deze groep wil de stichting opkomen door het werven van mensen die bereid zijn om op vrijwillige basis op te treden als mentor. Wij gaan zorgvuldig op zoek naar een mentor die bij de cliënt past en ondersteunen hem of haar bij de aanvraag van het mentorschap bij de rechtbank.

“Mentorschap Zuidoost-Brabant” zorgt voor kwalitatief goede en betrouwbare mentoren door hen te scholen en te ondersteunen bij de uitvoering van hun verantwoordelijke taak. Ook biedt ze cursussen en ondersteuning aan familie-mentoren en professionele mentoren aan.

Wil je een mentor aanvragen? Wil je mentor worden? Of heb je een andere vraag? Neem gerust contact op met Rob.

Sluit op maandag tussen 10.00 en 13.00 uur aan bij de tafel en stel je vragen.

Meer info: [www.mentorschap.nl/zuidoost-brabant](http://www.mentorschap.nl/zuidoost-brabant) en [www.mentorschap.nl](http://www.mentorschap.nl)



## Labyrint In Perspectief Eindhoven en omstreken

Labyrint is een organisatie voor familieleden en naastbetrokkenen van mensen met psychische en psychiatrische problemen.

Ons DOEL is het bevorderen van de sociale en maatschappelijke leefbaarheid met betrekking tot de situatie van familieleden en naastbetrokkenen en psychiatrische cliënten zelf.

We verzorgen lotgenotencontact, geven voorlichting en informatie, behartigen belangen van zowel familieleden als cliënten en organiseren thema-avonden en gespreksgroepen.

Informatie op onze website: [www.labyrint-ip-ehv.nl](http://www.labyrint-ip-ehv.nl)

## Stichting Zelfhulp Netwerk Zuidoost-Brabant

Maak je een moeilijke tijd door? Dan ben je misschien erg geholpen met mensen die hetzelfde ervaren.

Via de Stichting Zelfhulp Netwerk Zuidoost-Brabant kun je in zelfhulpgroepen met elkaar praten. Gewoon anoniem, als je dat wilt. Zelfhulp is een fijne manier om zelf grip te krijgen op je situatie. En het is fijn om te merken dat er meer mensen zijn die het leven ervaren zoals jij.

Kijk op [www.zelfhulpnetwerk.nl](http://www.zelfhulpnetwerk.nl) voor meer informatie over de groepen of bel (040) 211 83 28.



## Ivan's ervaring met het Groeipunt

Ik weet het nog goed. Ik was veel te vroeg bij De Grijsse Generaal voor de afspraak met mijn behandelaar. Daarom besloot ik te wachten in de coffeecorner bij de ingang van het gebouw.

Ik werd aangesproken door een man van het Groeipunt en een prettig gesprek volgde. Hij luisterde en het werd mij al snel duidelijk dat hij wist hoe het is om het moeilijk te hebben. Hij snapte waarom mensen zoals ik bij GGzE komen voor hulp.

Hij had een zinnig verhaal te vertellen en ik voelde me erg welkom. Het gaf me een veilig gevoel, iets wat ik vaak miste in contact met getrainde hulpverleners. Hij gaf me het idee dat er wel degelijk goede mensen actief zijn in de zorg. Tijdens ons gesprek groeide mijn vertrouwen in mezelf en GGzE. Daar werd ik sterker van. Ik ging met een geruster hart het gesprek in met mijn behandelaar met wie ik een afspraak had.



Adres:  
Winston Churchillaan 75  
5623 KW Eindhoven

Publicatiedatum: november 2016

