



# De Omgeving

Een publicatie van de Raad van Familie en  
Naastbetrokkenen van Arkin  
(JellinekMentrum en AMC de Meren)

## Inhoudsopgave:

- Beste lezer
- Alleen het beste is goed genoeg voor ze
- Wist u dat....?
- Uit de Pers
- Even voorstellen....
- De Time-Out voorziening
- Afscheid van een Raadslid
- Belangrijke adressen

## Raad van Familie en Naastbetrokkenen Arkin

Eerste Constantijn  
Huygensstraat 38  
1054 BR Amsterdam

### TELEFOON:

telefonisch spreekuur  
op donderdag van  
14.00-16.00 uur  
(020) 590 40 95

### E-MAIL:

Familieraad.mentrum  
@mentrum.nl

## Beste lezer,

De Familieraad Arkin (zo luidt onze naam na de fusie van JellinekMentrum en AMC de Meren) organiseert momenteel de jaarlijkse Familiedag.

### Dit jaar is de Familiedag op zaterdag 18 april.

Misschien heeft u als naastbetrokkene al een uitnodiging ontvangen. Wij hopen dat u de antwoordstrook invult en komt. U kunt zich hiervoor ook opgeven bij Informantaal (020-5904600). U ontvangt dan het dagprogramma en de routebeschrijving. De dag begint om 11:00 uur en duurt tot 15:00 uur, met een gezellige nazit tot eventueel 16:00 uur. Voor een lunch wordt gezorgd.

Onze bedoeling van de dag is om naastbetrokkenen van cliënten in de psychiatrie (vaak is dat familie) met elkaar in contact te brengen en u zo een dag te bezorgen waarop u vrijuit kan praten en ook begrip zal kunnen vinden.

Dit jaar wordt de Familiedag een soort marktdag. Er zullen marktkramen worden opgesteld waarin informatie te vinden is over wat Arkin aan naastbetrokkenen te bieden heeft en ook over wat verenigingen buiten Arkin voor ons kunnen betekenen.

### Thema van de dag is: "Wat zijn je rechten en waar vind je steun/hulp?"

Om aan het thema toe te komen hebben we een drietal mensen die werkzaam zijn in de psychiatrie, uitgenodigd om ons te komen vertellen, hoe zij aankijken tegen het samenwerken met naastbetrokkenen bij de behandeling van hun dierbaar familielid, vriend(in) of kennis.

Wij vonden Bert Tolhuisen bereid om een inleiding te houden. Bert is sinds twee jaar familieconsulent in de Tesselschadestraat (Ambulante Landurige Zorg van Mentrum). Voordien bestond die functie niet. Inmiddels zijn er binnen Arkin in totaal vier familieconsulenten aangesteld.

Ook de Familievertrouwenspersoon Kees Kooij zal een inleiding houden: "Als je er met de hulpverlening niet uitkomt."

De derde spreker, Marijke Krikke, doet al jaren haar ervaring op als maatschappelijk werkster van de adolescentenkliniek van het A.M.C. Volgens haar hoort familie er altijd bij.

Behalve deze professionele inleidingen en de vragen die vanuit de zaal daarover gesteld zullen worden is er nog veel meer te beleven die dag.

Eén van de Familieraadsleden van het eerste uur gaat ons verlaten, maar ze blijft bij ons in de buurt. Hannie Boumans werd bij de oprichting in 2003, door de toenmalige voorzitter uitgenodigd om Familieraadslid te worden. Haar deskundigheid als naastbetrokkene maakte dat de prille Familieraad niet zonder haar kon functioneren. Bijna zeven jaren heeft zij de Familieraad bevlogen gediend. Ze is zich nu aan het terugtrekken waardoor ze meer tijd krijgt voor de vele andere activiteiten die haar aandacht nodig hebben. Gelukkig blijft ze aan de Familieraad verbonden als adviseur. Zo kunnen wij als Familieraad gebruik blijven maken van haar expertise en jarenlange ervaring. Dank je wel, Hannie!

Jan van Mierlo *Voorzitter van de Familieraad*

## Alleen het beste is goed genoeg voor ze!

Hannie Boumans, Adviseur van de Familieraad

Op 10 december 2009 werd officieel de nieuwe woonlocatie op de Jean Desmetstraat op IJburg geopend voor een twintigtal bewoners. Een prachtig gebouw met ruimte kamers, schoon, licht en met een spirit die uitstraalt: "wij gaan het hier helemaal anders doen". En als je daar binnen stapt dan geloof je dat.

De Familieraad had van Joke Zwanikken–Leenders (ambassadeur van de Verwenzorg in Nederland) geld gekregen om de bewoners bij de opening te verrassen. Familieraadslid Greetje Gulien had in een bloemenzaak op de Kinkerstraat voor de twintig bewoners plantjes besteld. Drie planten in een mooie kleurrijke pot. Vanuit het idee, als er één plantje dood gaat, hebben ze er nog twee over. De potten hadden de kleuren van de Desmetstraat. Evelien van Os had in de bloemenzaak twintig kaartjes met een persoonlijke boodschap geschreven. Toen we de plantjes, de middag voor de opening, op gingen halen, bleken ze niet allemaal in een kleurrijke pot te zitten. Dus Greetje mopperen tegen de verkoopster. Ze wilde ze eigenlijk allemaal teruggeven. "Nee, ik had DIE besteld". Ik zei: "Joh, wat ben je streng, deze zijn toch ook goed". Greetje: "Nee, alleen het beste is goed genoeg voor ze!"

We hebben de planten midden in de gemeenschappelijke huiskamer uitgesteld en de naam er nog eens duidelijk bij geschreven. Wij hebben gemerkt dat de bewoners het zeer hebben gewaardeerd. Wij vonden het fijn om ze te verwennen en dat kon door de gulle bijdrage van Joke Zwanikken-Leenders.

Joke heeft als ambassadeur van de Verwenzorg in Nederland de gedachte van Jan Bastiaanse, de directeur van het Landelijk Centrum Verpleging en Verzorging, na zijn dood, verder vorm gegeven. Het is een initiatief van verpleegkundigen die iets tegen de minimumcultuur wilden doen die was ontstaan door de heersende opvatting "ze moeten leren het zelf te doen". Dat is een goed streven en blijft het uitgangspunt maar dat neemt niet weg dat vooral de groep mensen die langdurig afhankelijk zijn van zorg, extra aandacht mogen krijgen. Laat ze genieten, geluk voelen, laat ze mooie dingen zien of doen.

Joke: "Bijna iedere verpleegkundige of verzorgende gaat in de zorg werken om 'goed' te doen. In de reguliere praktijk is daar weinig ruimte voor. Verwenzorg-acties zijn een mooie uitlaatklep om 'het goede' uit te dragen. Verpleegkundigen en verzorgenden die dit doen, geven aan dat zij zo weer kunnen genieten van het zorg verlenen. En dat is belangrijk, ook voor de mensen waarom het gaat. Zij merken het verschil wel tussen de zorg die met liefde gegeven wordt en de zorg die 'volgens protocol verstrekt wordt'."

De Desmetstraat op IJburg is er klaar voor. De zin is er, de start is gemaakt en we weten nu: "alleen het beste is goed genoeg voor de bewoners."

(zie ook: [www.verwenzorg.nl](http://www.verwenzorg.nl))

### Wist u dat.....?

Het nog steeds vooral de familie is die de patiënt van hulp voorziet:

70% helpt de patiënt bij de dagelijkse levensverrichtingen,

44% helpt bij de begeleiding naar ambulante zorg,

33% van de familieleden controleert de medicatie trouw

37% biedt steun bij of beslist over de behandeling.

Patiënten van wie de familie extra werd begeleid, verbleven tien maanden minder in psychiatrische ziekenhuizen dan patiënten die de standaardzorg zonder familiebegeleiding ontvingen.

Bron: Promotieonderzoek M.Lenoir, UvA 2002

### Uit de Pers

DEN HAAG - Psychiatrische klinieken houden regelmatig ten onrechte informatie over de patiënt achter voor familieleden. De familie weet daardoor niet hoe het met de patiënt gaat en of een behandeling aanslaat. Behandelaars verschuilen zich te snel achter de privacy van de patiënt, stelt bestuurskundige Hester van de Bovenkamp van het Erasmus Medisch Centrum op basis van onderzoek. Het contact met de familie verloopt daardoor moeilijker dan in andere zorgsectoren.

Familieleden krijgen te weinig informatie over de behandeling en de voortgang, constateert Van de Bovenkamp: "Soms weten ze niet eens wanneer de patiënt met verlof gaat of uit de kliniek wordt ontslagen." Verwanten voelen zich machteloos en genegeerd terwijl ze vaak jarenlang de zorg van hun zieke moeder, vader of kind op zich hebben genomen.

Volgens de wet mogen naasten alleen geïnformeerd worden als de volwassene patiënt daarvoor toestemming geeft. Maar personeel in psychiatrische klinieken gaat er volgens Van de Bovenkamp vaak ten onrechte van uit dat de patiënt niet wil dat verwanten op de hoogte worden gehouden. "Er wordt soms niet eens naar gevraagd." Familieleden worden met de mededeling "ik mag u niets zeggen" buiten de deur gehouden. Dit wringt, omdat in veel gevallen de familie de patiënt weer moet opvangen bij verlof of ontslag uit de kliniek. Uit eerder onderzoek van Vilans bleek al dat het familiebeleid per instelling verschilt.

Koepelorganisatie GGZ Nederland stelde in 2004 samen met cliënten- en familieorganisaties een richtlijn op. Het gaat om een zwaarwegend advies, geen verplichting. Een derde van de ondervraagde instellingen kent de richtlijn niet. De Tweede Kamer wil dat minister Klink van Volksgezondheid ervoor zorgt dat in iedere GGZ-instelling een familievertouwenspersoon rondloopt. Momenteel zijn in de hele GGZ-sector acht familievertouwenspersonen in dienst.

## Even voorstellen.....

Ik ben Ada Groenenberg, moeder van drie kinderen, 2 meisjes en 1 jongen. Ik ben 50 jaar getrouwd met Arie. Onze oudste is een meisje, nu een vrouw van 48 jaar. Zij is, toen ze 23 jaar was, voor het eerst in aanraking gekomen met de psychiatrie. Ze werd naar het Lucas ziekenhuis gebracht in een ernstige crisis-situatie. Pas na 4 dagen kregen we bericht dat

ze was opgenomen. Zij studeerde in Amsterdam, wij woonden in de Haarlemmermeer. Haar bezoeken was niet mogelijk, want volgens haar waren wij niet haar ouders. De hulpverlening was naar ons zeer terughoudend over haar: "Mevrouw, mijnheer uw dochter is volwassen".

Er volgden jaren van opname na opname, totdat de hulpverlening het beter vond dat zij werd opgenomen bij "Mentrum" in Santpoort. Hier kregen we als ouders meer ingang bij de behandeling, dit mede via de crisisdienst van Mentrum in Amsterdam. We hadden hier om informatie gevraagd, want de weg vinden in het behandelcircuit was heel moeilijk, vooral omdat wij buiten de stad woonden.

De verhuizing van Santpoort naar De Aak in Amsterdam-Osdorp, was weer een grote verandering voor onze dochter en ging gepaard met veel spanningen.

Totdat er 2 kwartiermakers werden aangesteld, die zeer liefdevol omgingen met de mensen in de Aak en de buurtbewoners. Ze richtten daar een winkeltje op, alsmede een restaurant, een dansgroepje, een kapsalonnetje en er kwam een plek voor aquarel cursisten. De cliënten van de Aak werden hierdoor actiever en vrolijker, ook onze dochter.

Ze heeft nu een flatje in IJburg met woonzorg van Mentrum, waar ze erg blij mee is.

U begrijpt dat al deze ontwikkelingen niet zomaar aan ons voorbij zijn gegaan. Door het aansluiten bij Ypsilon en later bij de Familieraad, waardoor we familiedagen gingen bijwonen, hebben we als ouders en familie veel steun ondervonden.

Toen men in december 2007 mij vroeg medewerkend lid van de Familieraad te worden, dacht ik ook een beetje tot steun te kunnen zijn voor familie en naastbetrokkenen van psychisch zieke kinderen.

*Ada Groenenberg*

## De RAAD VAN FAMILIE EN NAASTBETROKKENEN Arkin bestaat uit:

- Jan van Mierlo (voorzitter)
- Greetje Gulien
- Evelien van Os van den Abeelen
- Clary Beuker
- Joke van Dorsten
- Ada Groenberg
- Charles Enderman (ondersteuner)

**Wilt u met ons meedenken en af en toe meehelpen? Daar zouden wij blij mee zijn!**

Zo kunt u contact met ons opnemen:

Op ons telefonisch spreekuur op donderdag van 14.00-16.00 uur :  
(020) 590 40 95

Of per e-mail op:  
Familieraad.mentrum@mentrum.nl

## De Time-Outvoorziening: eindelijk even niet alleen cliënt zijn maar gewoon gast en zelf de touwtjes in handen kunnen hebben.

Het was een sombere, regenachtige middag toen Familieraadsleden Greetje Gulien en Evelien van Os per fiets op weg en op zoek gingen naar de Time-outvoorziening van Arkin. Maar het was met de zon in ons hart dat we er een paar uur later weer vertrokken. Fietsend door het landelijk gebied van het Westerpark en over de dijk langs de begraafplaats Sint Barbara, zagen we deze voorziening in de diepte liggen tussen veel groen: een prachtig nieuw gebouw naast de oude buurtboerderij.

Tijdens de rondleiding door het gebouw zagen we een gezellige, kleurrijke huiskamer en boven mooie frisse ruime kamers. Ondertussen legde gastheer Ivo Bosman, trouwe bezoeker van onze familiedagen, ons uit dat de Time-Outvoorziening een hotel is en geen behandelvoorziening. Ook al worden gasten er niet behandeld, het contact met de eigen behandelaar wordt er gewoon voortgezet. Dit is een uniek initiatief vanuit de cliëntenbeweging. De Time-Outvoorziening heeft 10 gastenkamers, waarvan twee tweepersoonskamers; het meenemen van een partner of familielid behoort tot de mogelijkheden!

De Time-Outvoorziening is bedoeld voor cliënten met wie het even iets minder gaat, om tot rust te komen en te herstellen en zo een opname in een kliniek te voorkómen (preventie) en voor cliënten voor wie na een opname de stap om naar huis te gaan nog even te groot is; een tussenstop in een rustige, veilige omgeving. Informatie aanvragen, aanmelden en verwijzingen gaan via de huisarts of de behandelaars die, als het goed is(!), op de hoogte zijn van deze voorziening.

Voorwaarde voor een verblijf is het om een eigen woonplek te hebben om naar terug te kunnen keren. Ook is het wel van belang dat men grip heeft op de realiteit en zelfstandig kan functioneren.

De verblijfsduur is maximaal 6 weken. Tot op heden is er geen wachtlijst.

Is er dan wel wat te doen voor de gasten? Jazeker! In de naastgelegen buurtboerderij "Ons Genoegen" kunnen gasten vrijwilligerswerk doen in bijvoorbeeld de tuin, de keuken of achter de bar. Hier kunnen de gasten ook ontbijten, lunchen en dineren en dit geldt overigens ook voor niet-gasten. Ook wordt er iedere week een muziekavond georganiseerd en is het aanbod "doe dingen" nog groeiende. In de Time-Outvoorziening zelf wordt aangesloten bij ideeën van gasten. In de activiteitenruimte van het hotel zelf zagen we een fantastisch, bijna voltooid vogelhuis in de vorm van het nieuwe pand zelf.

Bij het verlaten van het hotel krijgt de gast een boekje "Ik geef je kracht" mee als symbool voor het met vernieuwde kracht verdergaan met het leven.

We gunnen iedereen die het nodig heeft deze rust- en hoopgevende mogelijkheid!

## Afscheid van een Raadslid

Op 12 maart jl. heeft de Familieraad afscheid genomen van Hannie Boumans, die bijna zeven jaar een zeer actief lid van de Familieraad is geweest.

Wij zullen Hannie gaan missen. Zij heeft eigenschappen die hebben bijgedragen tot positieve resultaten. Zo wist zij zakelijkheid te combineren met sociale bewogenheid, eigenschappen die in deze Familieraad nodig zijn. Met zijn allen zijn we er in geslaagd een duidelijke plek te krijgen op de kaart van Arkin.

Hannie vervulde hierbij nogal eens een voortrekkersrol, mede omdat zij bijzonder veel kennis heeft van de gang van zaken in de psychiatrie.

Wij hebben haar gevraagd of zij adviseur van de Familieraad wil worden. Hierin heeft zij toegestemd. U zult haar nog kunnen ontmoeten op de komende familiedag.

Elders, namelijk bij het IJ-complex, verricht Hannie steeds meer werkzaamheden. Hier krijgen mensen met een psychiatrische achtergrond een kans hun muzikaliteit te ontwikkelen en te oefenen. Bovendien heeft zij nog haar gezin en een baan. Het bovenstaande is de reden dat zij tot haar en onze spijt geen lid meer van de Familieraad is.

Wij zijn heel blij dat zij als adviseur met ons verbonden blijft.

### Cursus CARROUSEL in West en nu ook in Noord

Voor familie en vrienden van mensen met psychiatrische problemen.

*De cursus bestaat uit 4 bijeenkomsten:*

1. Aandacht voor uzelf 2. Psychische problematiek, ziektebeelden, hulpverlening 3. Eigen grenzen stellen en bewaken 4. Sociale steun en een noodplan voor u.

- Woensdag in de oneven weken 19-21 uur  
Mentrum Kliniek 1<sup>e</sup> Constantijn Huygensstraat 38 (West)

*- vanaf 9 april 2009-*

- Donderdag in de oneven weken 19-21 uur  
Mentrum Kliniek Jan Thoméepad 5 (Noord)

De cursus is gratis en u kunt zelf bepalen naar welke bijeenkomsten u wilt komen. Aanmelden is niet nodig.

Voor meer informatie:

Mentrum Preventie 020 590590 [preventie@mentrum.nl](mailto:preventie@mentrum.nl)  
Of kijk op [www.mentrum.nl](http://www.mentrum.nl) en [www.jellinek.nl](http://www.jellinek.nl)

## Belangrijke adressen:

### Informentaal

Informatie- en adviescentrum voor mensen met psychische of psychiatrische problemen, hun familie/omgeving en professionals.

Charles Enderman, coördinator tel: 020 590 46 00  
[informentaal@zonnet.nl](mailto:informentaal@zonnet.nl) [www.informentaal.nl](http://www.informentaal.nl)

### Familievertrouwenspersonen GGZ

Komt u er met de hulpverlening niet uit?

Neem dan contact op met:

Kees Kooij tel: 06 11 300 762

[c.kooij@amcdemeren.nl](mailto:c.kooij@amcdemeren.nl)

### Ypsilon Amsterdam en Omstreken

Voor familie en naastbetrokkenen van mensen met schizofrenie of psychose.

maandag-, dinsdag- en donderdagmiddag:

13.30 tot 16.30 uur.

Mauritskade 22-C, 1091 GC Amsterdam

tel: 020 470 04 74

[ypsadam@ypsilon.org](mailto:ypsadam@ypsilon.org)

### Labyrint in Perspectief

Familieorganisatie voor GGZ-mantelzorgers.

[www.labyrint-in-perspectief.nl](http://www.labyrint-in-perspectief.nl)

[secretariaat@labyrint-in-perspectief.nl](mailto:secretariaat@labyrint-in-perspectief.nl)

### Markant (Steunpunt Mantelzorg in Amsterdam)

Contactpersoon: Margreet Zickhardt

(maandag t/m donderdag)

Helmholtzstraat 61, 1098 LE Amsterdam

tel: 020-886 88 00

[www.markant.org](http://www.markant.org)

[m.zickhardt@amsterdamthuiszorg.nl](mailto:m.zickhardt@amsterdamthuiszorg.nl)

### Stichting Sriebie Wiekie

Lotgenotengroep voor migranten-familieleden en naastbetrokkenen van mensen met een psychiatrische aandoening.

Contactpersoon: mevrouw G.M. Braafheid

tel: 020 777 05 00 / 06 23 26 73 40

[ginabraafheid@chello.nl](mailto:ginabraafheid@chello.nl)

### GGZ-JellinekMentrum

Organiseert cursussen voor GGZ-mantelzorgers.

Folders van de cursussen vindt u op [www.mentrum.nl](http://www.mentrum.nl) onder preventie en voorlichting. Belangstellenden voor de cursussen kunnen ook folders aanvragen en/of zich aanmelden bij het secretariaat van preventie:

tel. 020 590 50 90 of mail naar [preventie@mentrum.nl](mailto:preventie@mentrum.nl)