



# De Omgeving

Een publicatie van de Raad van Familie en  
Naastbetrokkenen JellinekMentrum voor  
'relaties van bij JellinekMentrum in zorg zijnde cliënten'.

## Inhoudsopgave:

- Beste lezer
- Een fusie met een slechte start
- Interview met Raad van Bestuur
- Beperken van drang en dwang in de psychiatrie
- Ingezonden brief
- Belangrijke adressen

## Raad van Familie en Naastbetrokkenen JellinekMentrum

1e 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,

Soms krijgen vertrouwde zaken ineens een andere naam.

Hier voor u ligt een nieuwe "OMGEVING". Een vertrouwde naam die niet verandert. Gelukkig niet. Voor die naam hebben we 4 jaar geleden gekozen omdat ie zo passend is. Die naam drukt uit dat wij **geven om** ons geliefde familielid of om onze geliefde vriend(in), degene die zorg nodig heeft en dat we onze geliefde **omgeven** met onze zorg. Ook al zijn we in veel gevallen de enige, wij vormen zijn of haar 'omgeving'.

De OMGEVING is een uitgave van de **Raad van Familie en Naastbetrokkenen**. Voorheen spraken we van Familieraad. Een vertrouwde naam maar ook een vriend of een goede buur kan naastbetrokkene zijn. Niet altijd is het familie die tot het uiterste gaat in trouw aan de geliefde. Daarom vinden we dat deze nieuwe naam onze bedoelingen beter uitdrukt.

De (Familie-)Raad kwam tot stand binnen de organisatie Mentrum in 2003.

Na de fusie van Mentrum met de Jellinek op 1 januari 2007 ging de organisatie JellinekMentrum heten. De ontwikkelingen gingen echter door en per 1 september 2008 is die organisatie opnieuw gefuseerd met de zorginstelling AMC de Meren. De fusie partners gaan nu verder onder de naam ARKIN.

Medio september kwamen er ontstellende berichten in het nieuws. Een man overlijdt in de isoleercel. En even later pleegt een vrouw zelfmoord. U heeft ervan gehoord, u bent ervan geschrokken.

In een kleine steekproef hielden we een enquête onder onze lezers met de vraag wat u vond van dit slechte nieuws. Uit die enquête bleek dat niemand in de steekproef overstuur is geraakt. Dat is misschien wel een heel goed teken. Een teken van uw kracht.

We hebben even moeten wachten op een exclusief interview met de Raad van Bestuur over de rampen die de nieuwe organisatie hebben getroffen en de maatregelen die genomen zijn om deze rampen in de toekomst te voorkomen. Dit interview vindt u ook in deze nieuwsbrief. De Raad van Bestuur laat zich ook uit over de wens om de positie en rol van naastbetrokkenen te verbeteren.

U treft in dit nummer ook een interessant stuk aan over Dwang en Drang van de hand van Evelien van Os. Zij vertegenwoordigt de Raad van Familie en Naastbetrokkenen in een werkgroep die zich bezig houdt met het voorkomen van drang en dwang.

Een ingezonden brief van Hannie Boumans gaat over de gevoelens van een naastbetrokkene tijdens het fusiefeest.

Reacties op deze nieuwsbrief en op onze activiteiten stellen wij op prijs.  
(zie het kader voor ons adres)

Jan van Mierlo

*Voorzitter van de Raad van Familie en Naastbetrokkenen*

## Een fusie met een slechte start

Door J.H.E. van Dorsten, lid van de Raad van Familie en Naastbetrokkenen.

Zoals velen al weten is er tussen enkele instellingen voor Geestelijke Gezondheids- en Verslavingszorg in Amsterdam een fusie tot stand gekomen. Nadat er een fusie met de Jellinek heeft plaatsgevonden en JellinekMentrum de naam werd voor de organisatie die hierdoor is ontstaan, is JellinekMentrum op 1 september jl. gefuseerd met AMC de Meren. De officiële naam van de organisatie is ARKIN. Deze naam zal vooral door de Raad van Bestuur gebruikt worden. De diverse afdelingen blijven zich JellinekMentrum en AMC de Meren noemen.

Wat kunnen wij als familie en naastbetrokkenen van deze fusie verwachten?

Dit is afwachten. Als regel ontstaan fusies omdat zij mogelijkheden scheppen tot efficiënter werken. Dit is dan op organisatorisch en financieel gebied. Bij ons kunnen, zo mogelijk, cliënten en hun achterban met meer deskundigen contacten hebben dan voorheen mogelijk was. Hierbij kunnen we denken aan therapie, opleiding, nieuwe inzichten, recreatie en zo nodig snellere overplaatsingsmogelijkheden.

Jellinek en AMC de Meren hadden bij de fusie geen Raad van Familie en Naastbetrokkenen. Aan de Raad de taak om ook voor hen te gaan werken.

Wij zijn voorzichtig begonnen met contacten te leggen om te bekijken wat de mogelijkheden zijn om de Raad van Familie en Naastbetrokkenen uit te breiden. Zo heeft één van de raadsleden een bijeenkomst bezocht voor familie van alcohol- en drugsverslaafden. Het zal duidelijk zijn dat hier sprake is van een andere problematiek, maar er zijn ook overeenkomsten in de rol en positie van naastbetrokkenen. Daarbij komt dat veel mensen met een psychiatrisch probleem ook alcohol en/of drugs gebruiken en er veel mensen met een verslavingsprobleem ook een psychiatrisch probleem hebben.

### Een slechte start:

Het zal u niet ontgaan zijn dat rond de fusie van 1 september jl. er in de media veel aandacht is besteed aan de toestanden in een van de klinieken (SPDC-Oost van AMC de Meren). Er is in deze kliniek zelfs een man in de isoleercel overleden, na gestikt te zijn in een stukje brood.

De voorzitter van de Raad van Bestuur, Jeroen Muller, werd via de media ter verantwoording geroepen. Dat er fouten zijn gemaakt wordt door niemand ontkend.

In verband hiermee zijn er ook enkele personeelsleden van voorheen AMC de Meren ontslagen en heeft een lid van de Raad van Bestuur van AMC de Meren zich teruggetrokken.

Leden van de Raad van Familie en Naastbetrokkenen hebben een aantal mensen uit de achterban van Mentrum gebeld om te vragen of zij klachten hebben of ongerust zijn. Er waren wel klachten, maar de meeste naastbetrokkenen bleken redelijk tevreden en niet in paniek geraakt.

Zoals zo vaak in dergelijke situaties heeft ook dit gebeuren veel reacties losgemaakt, zowel positief als negatief. Het is goed dat alles wat verbetering vraagt, nu aan de kaak gesteld wordt zodat de nieuwe organisatie Arkin kan waarmaken waar zij voor staat "gerichte zorg voor het beste resultaat".

De afdeling Preventie van JellinekMentrum organiseert cursussen voor familie en vrienden van mensen met psychiatrische problemen.

Nieuw in het aanbod is de **cursus CARROUSEL**

#### *Ingrediënten:*

Lotgenotencontact, ondersteuning, informatie over de ziektebeelden, goed voor jezelf zorgen.

De cursus bestaat uit 4 bijeenkomsten:

#### **3 december 2008:**

Omgaan met iemand met psychische problemen; aandacht voor uzelf.

#### **17 december 2008:**

Psychische problematiek, ziektebeelden, hulpverlening.

#### **14 januari 2009:**

Eigen grenzen stellen en bewaken.

#### **28 januari 2009:**

Een noodplan en sociale steun.

**Tijd:** 19.00-21.00 uur

**Plaats:** 1<sup>e</sup> Constantijn Huygensstraat 38

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

Op 11 februari 2009 begint er weer een cyclus van 4 bijeenkomsten.

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)

## Interview met Jeroen Muller, voorzitter van de Raad van Bestuur van Arkin (JellinekMentrum, AMC de Meren)

### 1. Wat zijn volgens de Raad van Bestuur de oorzaken van de recente incidenten binnen het SPDC-Oost en wat zijn de genomen maatregelen?

Toen duidelijk werd dat er problemen waren binnen het SPDC Oost, hebben we als Raad van Bestuur ingrijpende maatregelen moeten nemen, onder meer op personeel gebied. De dienstdoende verpleegkundige, de beleidspsychiater en het clusterhoofd zijn op non-actief gesteld. De verantwoordelijk directeur Zorg is ontslagen. Mieke Bot, tot 1 september voorzitter van de Raad van Bestuur van AMC de Meren, is teruggetreden. Tevens is besloten de kliniek tijdelijk te sluiten, om elk verder risico voor cliënten te voorkomen. De zeventien cliënten van de gesloten afdeling van het SPDC Oost zijn overgeplaatst naar een andere gesloten afdeling binnen Arkin of naar een gesloten afdeling van een collega-instelling.

De vijftien cliënten van de open afdeling van het SPDC Oost zijn tijdelijk ondergebracht in passende locaties van Arkin of van een collega-instelling. Tegelijk hebben wij door alle directies een risico-inventarisatie laten uitvoeren binnen de gehele organisatie om ons een goed beeld te vormen van mogelijke knelpunten die direct om verbetering vragen. Wat betreft het achterhalen van de oorzaak en achtergrond van de recente incidenten hebben wij als Raad van Bestuur besloten hiernaar een extern onderzoek te laten verrichten. Hieruit moet onder meer blijken of het tragische overlijden van de cliënt en de eerder door de inspectie gesignaleerde situatie op SPDC Oost verband met elkaar houden. PricewaterhouseCoopers voert dit onderzoek uit in samenwerking met twee onafhankelijke experts op het gebied van de psychiatrie. Ik kan het eerste deel van uw vraag dus pas beantwoorden nadat de resultaten van dit onderzoek begin december beschikbaar zijn. Dan maken wij ook bekend welke maatregelen we nemen om dit soort situaties in de toekomst te voorkomen.

### 2. In Nederland wordt er veel gesepareerd. Dit terwijl in sommige andere landen separatie bijna niet meer wordt toegepast (zoals in Denemarken). Er is landelijk afgesproken dat separatie jaarlijks met 10 procent dient te dalen. Hoe denkt Arkin dit te halen (want op veel plekken lukt dit momenteel niet binnen Arkin)?

Er vindt op dit moment een evaluatie plaats over het effect van onze deelname in het landelijke project Dwang Bedwingen. Onderdeel van dit plan is de doelstelling om de separaties met 10 procent terug te dringen. Voorlopige analyse laat zien dat dit op sommige plekken wel lukt en op andere niet. De Raad van Bestuur heeft opnieuw de aandacht gevestigd op het project en wil hier in overleg met de betrokken interne stakeholders (= belanghebbenden, red.) een effectiever beleid op gaan voeren. We kijken daarbij ook naar andere GGZ-instellingen, bij wie het project Dwang Bedwingen effectiever lijkt te zijn. Overigens is een vergelijking met andere landen lastig te maken. In Nederland wordt aan de bescherming van de integriteit van het lichaam grote waarde gehecht. Dit verklaart waarom onder dwang toedienen van anti-psychotica niet snel plaatsvindt. In sommige andere landen gaat men hier eerder toe over. In sommige landen is de personele bezetting beter, waardoor men minder snel zijn toevlucht hoeft te zoeken tot separatie of dwangmedicatie. Dit laatste vinden wij absoluut de meest wenselijke optie. Wij zouden graag zien dat de financiële ruimte voor de geestelijke gezondheidszorg hiervoor de mogelijkheden biedt. Overigens willen wij daar – tezamen met onze branchegenoten - graag een politieke lans voor breken.

*Vervolg van het interview op de volgende bladzijde*

## De RAAD VAN FAMILIE EN NAASTBETROKKENEN van JellinekMentrum bestaat uit:

- Jan van Mierlo (voorzitter)
- Greetje Gulien
- Hannie Boumans
- 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

**3. Naastbetrokkenen hebben een belangrijke rol gespeeld bij het in de openbaarheid brengen van de incidenten. Naastbetrokkenen voelen zich vaak buitenspel gezet bij separatie. De Raad van Familie en Naastbetrokkenen vindt dat de informatie die naastbetrokkenen kunnen geven aan de behandelaar/ verpleging ook preventief kan werken. Op welke manier denkt de Raad van Bestuur dat te kunnen verbeteren?**

Het gevoel als naastbetrokkenen buitenspel te staan bij een ingrijpende gebeurtenis als separatie dient zoveel mogelijk te worden voorkomen. Wij vinden het belangrijk dat naastbetrokkenen tijdig worden geïnformeerd wanneer een cliënt gedwongen in afzondering is gebracht. Wij onderschrijven de meerwaarde voor de behandeling van cliënten als hierin ook informatie van naastbetrokkenen aan bod komt. Zo ontstaat er een completer beeld van de cliënt. Als hiermee separatie wordt voorkomen, verkort of dragelijk gemaakt is dat grote winst! Wij erkennen de voordelen van participatie van naastbetrokkenen bij de behandeling. Hierbij dient ook de privacy van onze cliënten in acht te worden genomen. Dit aspect zal worden meegenomen in ons naastbetrokkenenbeleid.

**4. Momenteel wordt er binnen Arkin naastbetrokkenenbeleid ontwikkeld. De Raad van Familie en Naastbetrokkenen juicht dit toe. Hoe wordt hierdoor de positie van naastbetrokkenen in de dagelijkse behandelpraktijk verbeterd en op welke termijn?**

Zoals gezegd zijn wij voorstander van een rol van naastbetrokkenen in het zorgproces, mits de betreffende cliënt hier geen bezwaar tegen heeft. De cliënt, behandelaar en naastbetrokkenen zijn partners in het realiseren van de best passende zorg. Graag noem ik in dit verband de lopende pilot op IJburg. Hierin wordt gewerkt via een rehabilitatiemodel (Supported Living). In dit model is sprake van een steungroep om de cliënt, die kan participeren in de behandel- en casuïstiekbesprekingen. Zo kan meer rekening worden gehouden met de verlangens en behoeften van de cliënt, liefst met medeneming van de inzichten van naastbetrokkenen. Aangezien deze aanpak tamelijk nieuw is in de geestelijke gezondheidszorg is het belangrijk om stapsgewijs te bezien wat dit voor mogelijkheden biedt binnen Arkin. Vandaar dat we de resultaten van deze pilot betrekken in het bepalen van onze vervolgstappen.

Tot zover het interview met de Raad van Bestuur.

## Het beperken van drang en dwang in de psychiatrie

*Door Evelien van Os, lid van de Raad van Familie en Naastbetrokkenen*

Als ik al zo schrok van de berichten (jl. september) over het overlijden van mensen in isoleerkamers, hoe moet dat dan zijn voor mensen van wie een familielid of vriend(in) is opgenomen in een separatiekamer, waar dan ook? Zo was mijn reactie. Eigenlijk dacht ik zelf een buitenstaander te zijn; mijn zoon heeft immers tijdens zijn opnames zoiets niet mee hoeven maken. Maar gaandeweg de dagen hoorde ik steeds duidelijker de woorden van mijn eigen moeder, al wel 44 jaar geleden, voordat zij werd meegenomen naar een psychiatrische kliniek.

Zachtjes zei ze almaar achter elkaar: "Niet in de isoleer, alsjeblieft, niet in de isoleer".

Ik was 13 jaar oud en snapte er niets van, maar wel maakte het een diepe indruk op me, een indruk die ik kennelijk zo diep wegstopte, dat een groot deel van die herinneringen weg leek te zijn.

Nu weet ik weer des te meer waarom ik lid ben van de Raad van Familie en Naastbetrokkenen en waarom ik bovendien ben gaan "zitten" in een werkgroep van JellinekMentrum.

"Mijn" werkgroep is er één die zich richt op preventie: het voorkómen van de noodzaak tot isoleren. Het geheel van 5 werkgroepen heet (naar landelijk voorbeeld): "Het terugdringen van dwang en drang in de psychiatrie" en heeft tot doel de noodzaak tot verblijf in isolatieruimtes, zoveel mogelijk, tegen te gaan c.q. te verminderen.

In mijn werkgroep zitten ook medewerkers van de cliëntenraad, ervaringsdeskundigen, verpleegkundigen van diverse afdelingen en beleidsfunctionarissen.

De bedoeling is dat wij bij de Raad van Bestuur aanbevelingen doen die tot verbetering moeten leiden. Natuurlijk hoeven we het wiel niet opnieuw uit te vinden; er is op dit punt in ons eigen land en omliggende landen al zoveel gebeurd.

Mijn taak is het om telkens weer het familieperspectief in te brengen in vergaderingen, net zolang tot dat punt altijd vanzelfsprekend meegenomen wordt in het beleid.

En gelukkig begint het die goede kant op te gaan. Familieperspectief betekent hierin concreet: Luister naar wat naastbetrokkenen kunnen vertellen over hun naaste; zij kennen de gezonde kanten van de cliënt en ook de speciale gevoeligheden. Door daar rekening mee te houden kan het zijn dat separatie voorkómen kan worden. Ook vinden wij dat naastbetrokkenen meteen geïnformeerd moeten worden over separaties.

Een goed voorbeeld is de kliniek Siependaal in Tiel. Daar is gekozen om in principe niet meer te isoleren. In plaats daarvan is er, toen er een nieuwe kliniek gebouwd ging worden, besloten te werken met een high care unit of comfortroom. We zijn gaan kijken en hebben gezien dat het om een kamer gaat waar iemand afgezonderd verblijft van de rest van "de" groep, maar die verder niet veel op een isoleerkamer lijkt. Het ziet er véél vriendelijker uit. Meubels zijn er gemaakt van zachte, maar tegelijk sterke materialen in plezierige, rustige kleuren.

Hier bestaat ook de mogelijkheid om muziek te luisteren of televisie te kijken.

Er is altijd iemand van de verpleging aanwezig in de kamer zelf of in het aangrenzend kantoortje (waar goed zicht is op de kamer) Dit maakt het mogelijk dat een cliënt echt niet langer dan strikt noodzakelijk in deze afzonderingskamer verblijft, waardoor het ook niet als strafmaatregel gebruikt en ervaren wordt. Personeel wordt er op getraind om niet met agressie op agressie te reageren en om spannende situaties niet te laten escaleren. Kortom, een verandering in bejegening, verandering in het omgaan met iemand die een psychische ziekte heeft. Hoopvol !

Bij Mentrum is ook een nieuwe kliniek (1<sup>e</sup> Constatijn Huygensstraat) in gebruik genomen. Zo nieuw dat er nog last van "kinderziektes" lijkt te zijn. Als goede intentie kan ik noemen: de verplegingspost is niet meer afgesloten; de verpleegkundigen verkeren meer mét de cliënten en kunnen zich dus niet meer afsluiten. Hierdoor krijgen ze ook meer zicht op wat er gebeurt en kunnen ze eerder aandacht besteden aan iemand die iets nodig heeft. Er zijn keukens op iedere afdeling: mensen kunnen zelf hun maaltijden klaarmaken of er tenminste aan meedoen. Als het ergens lekker naar eten ruikt is dit gunstig voor de sfeer en zinvol bezig kunnen zijn helpt ook om de spanning niet op te laten lopen. Weg met het eindeloze, hopeloze nietsdoen!

Verder: alle kamers zijn (voor zover ik weet) één-persoonskamers. Dit betekent dat, als een cliënt even of wat langer behoefte heeft aan rustig alleen kunnen zijn, dit ook mogelijk is in de eigen kamer.

Die kamer kan eventueel nog gestript worden. Dit klinkt misschien eng maar betekent alleen dat spullen die storen (want niet prikkelarm zijn) tijdelijk weggehaald kunnen worden. Inmiddels heb ik van leden van de cliëntenraad gehoord dat de eigen kamer als onveilig ervaren wordt als die gebruikt wordt als isolatiekamer.

Sommige cliënten geven zelf aan er soms behoefte aan te hebben tijdelijk in de allerruigste omgeving te verkeren. Toch missen we dus een echte comfortroom in dit gebouw.

Naar aanleiding van de recente gebeurtenissen heeft staatssecretaris Klink besloten dat de subsidie voor het project verlengd moet worden. Een pak van mijn hart. Er is nog veel te doen en er kán nu echt wat verbeteren. Laten we hopen dat dit lukt en dat dit dan ook het gevoel geeft dat deze mensen, die extra zorg juist hard nodig hadden, niet voor niks zijn gestorven.

## Ingezonden brief

### Het was een mooi feest

De herfst is begonnen. Mijn balkondeuren staan nog open. Op de buitenterrassen zitten mensen. Dat buiten roken verlevendigt het buitengebied. Zou het de hele herfst zomer blijven hier op de Weesperzijde? Een schijnzomer zal het zijn.

Net zo als het een schijnfeest was, afgelopen donderdag in de Westergasfabriek. JellinekMentrum en AMC de Meren vierden hun fusiefeest. Ze wisten al dat in het SPDC Oost in de isoleercel een jongen was gestikt in een boterham met pindakaas. En vorige week woensdag is een suicidepoging in dezelfde kliniek gelukt.

Je wordt weer met de neus op de feiten gedrukt. Het kan in een kliniek soms gevaarlijker zijn dan erbuiten. Gelukkig is dit niet overal zo. Maar het is voor ons ouders wel voortaan opletten geblazen. We laten ons niet meer afschepen.

Het was druk op het fusiefeest. Veel hulpverleners, een paar cliënten van de cliëntenraad en twee moeders van de familieraad. Veel eten, veel drinken en toen om 11 uur de verrassingsact kwam was ik als moeder nog alleen over tussen de hulpverleners. Het was Blöf. Wat een verrassing. Om alles goed te kunnen horen en goed te kunnen zien ging ik midden achterin zitten. Ik zat er met een glaasje wijn, keek naar de menigte en werd opgeslokt door de muziek. Mijn zoon woont naast de Wester-gasfabriek. Door de medicatie valt hij om 10 uur als een blok in slaap. Wat had hij dit leuk gevonden. Wat hadden al die cliënten dit leuk gevonden. Wat hadden al die moeders en vader dit leuk gevonden maar zij waren hier niet. Wie organiseert zo'n feest voor hen?

De band was goed. Ik werd steeds somberder. Dacht aan mijn zoon en aan alle moeders die slapeloze nachten hebben van de zorgen. Toen ze: "Het regent harder dan ik hebben kan" speelde, viel er een traan in mijn glaasje wijn. Bij: "Alles is liefde", moest ik mijn glas wegzetten om een zakdoek te zoeken. Bij het refrein van "Hier ben ik veilig", ben ik maar opgestapt en naar huis gefietst. Ik heb zeker 5 km gehuild en het hield niet op toen ik thuis was. Ik kan het niet, alleen naar de muziek luisteren zonder de tekst te horen en daarbij aan onze kinderen te denken en aan onszelf.

*Hannie Boumans*

## 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 [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-Jellinek/Mentrum

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)