

Jaargang 12 / maart 2021

nr. 1



# Diverce

Eenzaamheid

Een uitgave voor en door cliënten van de Dimence Groep



**Clëntenraden**

# Colofon

Diverce is een magazine voor en door (ex-)cliënten van de Dimence Groep. Het is een uitgave van de gezamenlijke cliëntenraden van de Dimence Groep. Het magazine wordt verspreid in publieke en gemeenschappelijke ruimtes in het werkgebied van de Dimence Groep.

Diverce verschijnt vier keer per jaar.

Redactie: Marjolijn Brandse, Jasper Wagteveld, Jaap Kolk, Chantal Driessen, Christine Brinkman  
Eindredactie: Ria Wolfkamp, Huub te Braake  
Opmaak: Koen IJssel, Team Communicatie, Dimence Groep Deventer  
Voorkant: Christine Brinkman  
Druk: Sonodruk, Heino  
Verzending: Werk Leer Centrum Deventer  
Redactieadres: Koetshuis, Brinkgreven t.a.v. R. Wolfkamp Postbus 5003 7400 AS Deventer [clientsblad@dimencegroep.nl](mailto:clientsblad@dimencegroep.nl)

## Wil je Meedoen?

- Kun je goed dichten?
  - Heb je een mooi schilderij of een foto?
  - Heb je een mooi verhaal?
  - Of wil je eigen ervaringen delen?
- Het kan in het cliëntenblad van de Dimence Groep.

Redactieleden zijn van harte welkom!  
Mail naar: [clientsblad@dimencegroep.nl](mailto:clientsblad@dimencegroep.nl).

De eindredactie behoudt zich het recht voor bijdragen te wijzigen of niet te plaatsen.

# Inhoud

- 3 Redactioneel
- 4 Levenservaringen rond eenzaamheid
- 5 Rookvrije Dimence Groep
- 6 De laatste ontwikkelingen
- 8 Ik zal mij even voorstellen
- 9 Directeur Dimence vertrekt naar Zeeland
- 10 Herstelgericht werken
- 11 Eric stelt zich voor
- 12 Will de Wreede neemt afscheid als voorzitter
- 15 Cliëntenraad Mindfit
- 16 Taal
- 18 Boeken
- 20 Nieuw: het Zorgprestatie model
- 24 De 'Denktank' en 'Broodje geleerd'

Bij volgende nummer: bijdragen inleveren voor 1 mei 2021

Thema is: **Verbinding**

# Eenzaamheid...

Het is gevoel dat veel ervaren wordt.

Vaak worden meteen de ouderen gelinkt, merk ik.

Zelf zie ik dat het ook erg veel speelt onder mensen met een psychiatrische achtergrond, jongeren, maar ook meer nu door corona.

Hoe dan ook, het is een gevoel van leegte/ je niet verbonden voelen.

Iets wat je een ander niet gunt, weet ik uit ervaring.

Iedereen moet voelen en weten dat je ertoe doet!!

**Chantal Driessen**

## Doe mee aan de basis cursus medezeggenschap

Op 19 april start de basis cursus medezeggenschap, 's middags vanaf 14.00 uur.

De cursus legt een goede basis om te werken in één van de vier raden van de Dimence Groep of één van de commissies.

**Deelname is gratis!** Een cursusmap wordt toegestuurd.

## Nieuws van cliëntenraad Stichting Dimence

### Gewoon lekker eten

De centrale keuken op het Brinkgreventerrein in Deventer sluit binnenkort. Dat betekent dat er voor maaltijdvoorziening op de verschillende locaties naar goede alternatieven worden gezocht. De cliëntenraad is in diverse werkgroepen actief, om er op toe te zien dat ook in de toekomst cliënten gewoon lekker kunnen eten.

### Afdelingsbezoeken

De kern van het cliëntenraadswork is het bezoeken van afdelingen (zowel in de kliniek als ambulant). Van oudsher is de cliëntenraad goed zichtbaar. Dat betekent dat de cliëntenraad Dimence geen 'werkbezoeken aflegt' aan afdelingen, maar er gewoon met enige regelmaat aanwezig is! In Almelo en Zwolle gebeurde dit al, maar nu is ook basiscommissie Deventer weer op (minimale) sterkte en wordt het ook daar opgepakt. Echter gedurende de coronaperiode moet de aanwezigheid aangepast worden aan de geldende maatregelen.

### Directie

De cliëntenraad Dimence heeft afscheid genomen van de directeur bedrijfsvoering. Zij had cliëntmedezeggenschap in haar portefeuille. Inmiddels is er een interim-directeur actief. De verwachting is dat er ergens dit voorjaar een definitieve directeur zal worden benoemd. Vanzelfsprekend participeert de cliëntenraad in de procedure.

### Centrale medezeggenschap

De cliëntenraad Dimence neemt deel in de nieuwe centrale medezeggenschap van de Dimence Groep. De raad is erg blij met de zoektocht naar een onafhankelijke (technisch) voorzitter.

Omdat **ij** er toe doet!

**Belangstelling?** Voor informatie kun je contact opnemen met de cursusleider Huub te Braake, coach/adviseur medezeggenschap bij de Dimence Groep, [h.tebraake@dimencegroep.nl](mailto:h.tebraake@dimencegroep.nl).



# Levenservaringen rond eenzaamheid

Artikel



**Voor het schrijven van deze bijdrage vroeg ik een aantal patiënten tijdens een groeps gesprek om met elkaar na te denken over het thema 'eenzaamheid'.**

De antwoorden waren spontaan en divers. Van een veelbetekenend 'ik ken het', 'iets dat je niet wilt', 'alleen wonen', 'niemand om mee te praten', 'zonder gezelschap zijn', tot 'niet mee kunnen doen', 'in jezelf gekeerd zijn', 'piekeren', 'niet kunnen 'levelen' met mensen', 'jezelf niet kunnen uitleggen', 'niet begrepen worden' (ook door familie, vrienden, hulpverleners), 'tegen muren aanlopen in je eigen leven', 'niet met jezelf kunnen zijn'.

In een oogwenk hoorde ik over de diepte van de ervaringen van isolement, het niet wezenlijk verbonden zijn met mensen en het opgesloten zijn in jezelf, in je eigen bestaan. Eenzaamheid.. het raakt aan leegte, aan de afwezigheid van iets of iemand anders, aan afwijzing en afgescheiden zijn.

Allemaal ervaringen die er al waren vóórdat de coronacrisis nog eens een extra isolerende duit in het zakje deed. Ervaringen ook die niet alleen te maken hebben met een ziekte of stoornis, maar ook met ons mens-zijn. Immers, we zijn allemaal individu en verschillend, en het leven in al z'n grilligheid vraagt ons hoe wij er mee om moeten gaan.

Toch noemde iemand dat psychische kwetsbaarheid het leven vaak zwaar maakt en een luisterend oor kan dat echt verlichten. Maar tegelijkertijd maakt de angst voor eenzaamheid en schaamte dat je zomaar flink en stoer gaat doen, op je tenen gaat lopen en je masker opzet. Dat maakt dan extra eenzaam.

Door deze ervaringen zo van elkaar te horen, kwamen er als vanzelf volgende gedachten. Iemand vertelde dat hij na de vorige opname een hond had genomen. Door veel te wandelen was het maken van een praatje met andere

hondenbezitters eenvoudig geworden. En zijn hond gaf hem vertrouwen en liefde en bovenal ook een doel waarvoor hij verantwoordelijk was. Zo werd het thema eenzaamheid ineens verbonden met dat andere grote thema, n.l. zingeving, of beter nog: zinfinding. Je afvragen: Hoe moet ik omgaan met tegenslagen in mijn leven, Wie ben ik door alle eenzaamheid heen? Vragen over je/het leven, levensvragen.

En in de flow van het moment kwamen er tegengeluiden en onderbelichte kanten van het onderwerp. Pareltjes van uitspraken: ik noem ze altijd levenswijsheden, zo voor op een tegeltje.

Iemand schreef op een A-4tje: 'eenzaamheid is geen lelijkheid; a.u.b. een beetje blijheid voor de vrijheid'. Zonder verdere uitleg vroeg hij aandacht voor de ervaring van vrijheid. Een nieuw perspectief naast de eerder genoemde zwaarte van eenzaamheid. Een ander probeerde een persoonlijke beleving te verwoorden. In haar eenzaamheid was er een moment geweest van een oneindige verbondenheid en vertrouwen; een onbekende ervaring als een soort romantisch verlangen.

Nog een ander noemde dat het alleen-zijn voor hem ook nodig is om zich terug te kunnen trekken, als op een eiland, om zo met zijn eigen dingen bezig te kunnen zijn. De eenzame momenten waardeerde hij hierdoor anders. En een ander bracht in dat het geloof zo voor haar werkte: luisteren naar religieuze muziek, het lezen in een bijbels dagboek, troost vinden in woorden die zij herkende.

Terugkerend en met beide benen op de grond besloten we dat het nadenken over eenzaamheid hier en daar enige verlichting had gebracht. En dit uur waren we zeer verbonden geweest!

Met dank voor alle ervaringswijsheid.

**Berthilde van de Loosdrecht**

# Rookvrije Dimence Groep

voor ambulante behandelde patiënten

Voorstellen



**Net voor de Kerst verzond de cliëntenraad Dimence een bericht naar de directie van Dimence dat zij het niet eens is met het besluit van de raad van bestuur om de planning van de invoering rookvrije Dimence Groep aan te passen. Belangrijkste aanpassing was om de organisatie ook voor ambulante behandelde patiënten/cliënten per 1 januari 2021 rookvrij te maken.**

De cliëntenraad maakt zich zorgen over de impact van deze aanpassing en voelde zich overvallen door de informatie (posters, bordjes, banners stickers ed), die de afgelopen periode in aanloop naar 1 januari 2021 op de diverse locaties verscheen. De directie en de cliëntenraad hebben de volgende afspraken gemaakt.

- De directie Dimence besluit het rookverbod voor ambulante behandelde patiënten/cliënten niet in te laten gaan per 1 januari 2021.
- Directie, cliëntenraad en Werkgroep Rookvrije Dimence

Groep gaan samen werken aan een verdere planmatige aanpak voor de invoering van de rookvrije organisatie voor ambulante behandelde patiënten/cliënten. Dit wordt voorgelegd aan de cliëntenraad.

- In overleg zal een nieuwe invoeringsdatum worden afgesproken als partijen het eens zijn over het plan van aanpak/invoering.
- Een vertegenwoordiging van de cliëntenraad Dimence sluit vanaf nu aan bij de Werkgroep Rookvrije Dimence Groep.

Deze ontwikkeling heeft ook gevolgen voor de invoering voor ambulante behandelde patiënten/cliënten van de andere stichtingen omdat zij in veel gevallen samen met elkaar verblijven in één gebouw. Dat betekent dat de invoering van de rookvrije organisatie voor deze groep op 1 januari 2021 niet ingevoerd kan worden.

Kortom. De invoering van de rookvrije ggz per 1 januari 2021 geldt dus voornamelijk voor medewerkers en bezoekers. Daar waar nodig zijn de posters, banners etc. tijdelijk verwijderd.

In de vergaderingen van de werkgroep zal er, in aanwezigheid van vertegenwoordigers van de cliëntenraden van de diverse stichtingen, stil gestaan worden bij deze ontwikkeling en bekeken worden hoe te komen tot een nieuwe invoeringsdatum en wat daar voor nodig is.

OP WEG NAAR EEN  
**ROOKVRIJE  
GENERATIE**



# De laatste ontwikkelingen

**WerV. Dat is de nieuwe naam van het servicepunt vrijwilligerswerk & participatie van de Dimence Groep. Een naam die goed past bij de veelzijdigheid aan activiteiten die onder de vlag van WerV worden uitgevoerd. Activiteiten waarbij vrijwilligerswerk en participatie centraal staan, want in de visie van WerV doet iedereen mee in de maatschappij.**

WerV heeft binnen de Dimence Groep de taak om zorg en samenleving dicht bij elkaar te brengen. Zij organiseert vrijwilligerswerk binnen de stichtingen van de Dimence Groep en realiseert plekken om mee te doen voor cliënten van de Dimence Groep. WerV brengt mensen letterlijk in beweging door begeleiding naar werk en deelname aan activiteiten.

## Monique Westrup, coördinator WerV vertelt:

Het is erg druk geweest de afgelopen weken in het nieuwe jaar. Er is wel een nieuwe ontwikkeling maar die is zo vers van de pers dat ik nog even wacht om daar wat over te vertellen. We hebben een leuke verbinding tot stand gebracht met Go Ahead Eagels in Deventer. Daar gaat nu een groep mensen van Esquirol, op het Binkgreventerrein in Deventer, werken en in ruil daarvoor mogen ze onder andere bij de thuiswedstrijden zijn. En we gaan verder in gesprek met Go Ahead om te kijken of we ze wat kunnen ondersteunen bij al hun verbindingen en dan met name gericht op jeugd. Daar hebben wij uiteraard ook belang bij vanuit onze WMO Divisie.

Verder heeft WerV samen met de medewerkers van Esquirol twee grote containers gekocht van subsidiegeld, zodat het



motorproject (door zowel cliënten als professionals wordt samen van oude motorblokken weer lopende, rokende machines gemaakt) uitgebreid kan worden. Het is een mooie gele. Hij staat nu nog ergens op het terrein van Brinkgreven maar hij gaat geplaatst worden bij Esquirol. Idee is om daar ook klein te gaan starten met een repaircafe. Daartoe is er samenwerking met de kringloopwinkel in Deventer gezocht.

In Zwolle is een medewerker van WerV toegevoegd aan een team in de Divisie Herstelgerichte zorg voor een aantal uren om vanuit een ander perspectief een actieve bijdrage te leveren aan participatie van mensen. Het goed doorlopen van de treden van de participatieladder is van belang om goed te herstellen op het sociale en maatschappelijke deel. WerV kent veel mogelijkheden daartoe en kan ook daarin een goede verbinding maken en kansen en mogelijkheden benutten. Wij hebben daar ook een infografic voor ontwikkeld.

## Samenwerken de Pol in het huis van de wijk

In Zwolle Zuid in Wijkcentrum de Pol zijn we gestart met een nieuw project, een nieuwe vorm van daginvulling samen met de RIBW Overijssel en Interact Contour. Mensen met en zonder een indicatie kunnen hier terecht en samen gaat men op zoek naar passende activiteiten zo dicht mogelijk in de buurt. Klusjes bij bedrijven, verpleeghuizen, winkels of andere organisaties. Nu in de coronatijd voorzichtig gestart, maar het is de bedoeling dat het groter wordt.

En dan de Appeltjes van Oranje voor het project Wel Thuis. We hebben niet gewonnen, maar de publiciteit voor het project is geweldig. Het heeft ons enorm geholpen aandacht te vragen voor het vrijwilligerswerk.

# Geestelijke verzorging?

**Als je rondloopt met vragen, kan een gesprek met een geestelijk verzorger lucht geven en ruimte bieden. Al is het maar om gedachten te helpen ordenen. De geestelijk verzorger is er voor alle patiënten/cliënten van Dimence om te praten over wat je bezighoudt. Bijvoorbeeld:**

- Ik wil mijn hart luchten.
- Ik loop rond met een schuldgevoel.
- Ik vind het leven te zwaar.
- Waar vind ik kracht om het vol te houden?
- Waar vind ik nieuwe inspiratie?
- Hoe krijg ik dingen op een rijtje?
- Ik heb veel verlies geleden, hoe kan ik verder?
- Ik heb behoefte aan een ritueel.



## Bereikbaarheid en informatie: [geestelijkeverzorging@dimence.nl](mailto:geestelijkeverzorging@dimence.nl)

Brechtje Hallo M.A.  
Geestelijk verzorger  
en gespreksleider Moreel Beraad  
0570-639863 / 06-12091930  
b.hallo@dimence.nl  
Werkdagen: maandag- en dinsdagochtend,  
donderdag en vrijdag in Deventer



Lydi de Bruin  
Geestelijk verzorger  
en gespreksleider Moreel Beraad  
06-51558975  
l.debruin@dimence.nl  
Werkdagen: Maandag tot en met donderdag  
in Almelo, Raalte en Deventer



Jasmijn van Buul  
Geestelijk verzorger  
en gespreksleider Moreel Beraad  
0570-639865  
J.vanbuul@dimence.nl  
Werkdagen: maandag, dinsdag en woensdag  
in Deventer



Kitty Nijboer M.A.  
Geestelijk verzorger  
en gespreksleider Moreel Beraad  
06-51882390  
k.nijboer@dimence.nl  
Werkdagen: dinsdag en donderdag  
in Zwolle



Berthilde van de Loosdrecht  
Geestelijk verzorger  
en gespreksleider Moreel Beraad  
06-51558497  
b.vandeloosdrecht@dimence.nl  
Werkdagen: vooral op dinsdag, woensdag en vrijdag  
(om de week) in Zwolle





Adviesraad cliëntenbelangen Divisie  
Maatschappelijke Dienstverlening de Kern,  
Jeugd ggz, WijZ Welzijn en Impluz

## Ik zal mij even voorstellen

Mijn naam is Joke de Gooijer. Ik ben 66 jaar en geboren in Zwolle. Ik heb een zoon van 37 jaar die in Haarlem woont. Ik woon gezellig samen met mijn hond Tibby (cairnterrier), een poes Lady en een pratende grasparkiet Tjoepie.

Ik heb tal van hobby's waarvan mijn favorietste zijn: Wandelen, fietsen met mijn hond, dansen en zwemmen. Ook ben bezig met creatieve hobby's zoals: diamond- painting, kaarten maken, lezen, haken, breien en koken. Verder zit op een eet-kookclubje met vier vriendinnen.



Ik ben bij de Adviesraad cliëntenbelangen gekomen, omdat ik heel graag een bijdrage wil leveren aan de maatschappij. Zo ben ik zeer geïnteresseerd om ouderen te helpen en te ondersteunen.

Sociaal contacten zijn heel erg belangrijk. Vaak zijn alleenstaande ouderen erg eenzaam.

WijZ Welzijn organiseert heel veel activiteiten voor hen. Graag wil ik met mensen praten, hoe zij dit ervaren, en of er iets veranderd kan worden, zodat het nog beter kan gaan lopen. Tenslotte gaat het erom hoe de cliënten/gebruikers van WijZ Welzijn dit ervaren.

Zelf ben ik, na een paar heftige jaren met ziekte, weer met vallen en opstaan langzaam omhoog gekropen. En achteraf gezien, heeft het mij gevormd tot de persoon die ik nu ben geworden. Het was één groot leerproces. En gelukkig ben ik een heel positief mens.

Voorstellen



Doordat ik mijn leven weer helemaal opnieuw moest opbouwen heb ik deelgenomen aan veel activiteiten van WijZ Welzijn zoals:

- Dansen in danslokaal Hedon. Zeer gezellig, op zondagmiddag. Je kunt alleen dansen met een partner of samen met een groep. Echt een aanrader.
- Aquajogging in zwembad 'De Vrolijkheid'. Daarna gezellig koffiedrinken met de zwemmaatjes.
- Eten in Wijkcentrum 'De Pol'. Het eten is er fantastische en hoe vaker je daar komt hoe meer mensen je leert kennen.
- De filmmiddagen in Wijkcentrum 'De Terp', met na afloop met een hele gezellige groep mensen gezellig koffie of een drankje drinken.
- Elke woensdagmiddag fietsen, 15 of 30 kilometer en genieten. Daarna uiteraard gezellig koffiedrinken.

En zo zijn er heel veel activiteiten die WijZ Welzijn organiseert.

Mijn coach/ondersteuner van de Adviesraad vroeg mij hoe ik het ervaar om in deze corona tijd en lockdown als lid in de Adviesraad te mogen beginnen.

Nou daar kan ik kort over zijn....best moeilijk. Je hebt vergaderingen via Zoom of Teams.

Dus niet fysiek....je kunt dus niet de mens in het geheel zien, hoe zijn of haar houding of uitdrukking is. Plus, ik heb nog niet ervaren om met de cliënten/gebruikers zelf te praten, hoe zij het ervaren, hoe hun beleving is en wat we eventueel nog kunnen veranderen, om het voor hen nog beter nog uitgebreider te kunnen maken. Dat lijkt mij nu juist zo leuk en een hele uitdaging om dat te mogen doen.

En zo kan ik die ervaringen weer meenemen naar de vergadering en andere potentiële raadsleden enthousiasmeren met mijn werk als raadslid in de Adviesraad cliëntenbelangen.

Maar goed, we moeten nog even geduld hebben... Ik vind het zoals de situatie nu is, de corona en lockdown, best een moeilijke tijd.

Joke de Gooijer

Interview

## Directeur Dimence vertrekt naar Zeeland



Sabien Raams vertrekt richting Zeeland. Met een prachtige carrière bij Dimence achter de rug is ze in december gestart in Zeeland bij Emergis om daar in de raad van bestuur plaats te nemen. Hoogste tijd daarom voor een afscheidsinterview.

Sabien, hartelijk dank voor je medewerking. Vertel eens: Deventer/Zeeland, het is nogal een hele stap: hoe dat zo?

Ja, zeker een hele stap. Maar ook bijzonder, om juist in deze coronatijd aan iets nieuws te beginnen. Als kind ben ik 2 keer verhuisd binnen Nederland: van Utrecht naar Brabant en van Brabant naar Drenthe. Daardoor heb ik de ervaring dat opnieuw beginnen lastig is, maar ook weer allerlei moois met zich meebrengt. Zeeland is een prachtige provincie, die ik nu mag gaan ontdekken net zoals ik met veel plezier de afgelopen 15 jaar Overijssel heb kunnen ontdekken.

Als je reflecteert op je carrière bij Dimence, waar ben je het meest trots op?

Dimence is een grote organisatie. Ik wilde graag de menselijkheid vergroten, want daar vaart iedereen wel bij: cliënten en medewerkers. Menselijkheid heeft meerdere kanten. Het gaat voor mij om toegankelijkheid naast professionaliteit, om informele contacten naast formele contacten en om jezelf kunnen zijn als mens naast professional of cliënt. Ik vind het van groot belang om medewerkers en cliënten steeds weer het gevoel te geven dat ze geen nummer zijn, maar dat ze gezien en behandeld worden op een manier die bij hen past

Is er 1 ding waarvan je zegt, dat had ik graag achteraf anders gedaan?

Als ik graag iets wil, omdat ik vind dat dat belangrijk is voor de cliënten die bij ons komen, kan ik nogal drammerig en fanatiek worden. Dat komt het eindresultaat nooit ten goede

dus ik hoop dat ik op dat gebied heb bijgeleerd. Dat zijn juist de dingen die ik belangrijk vind, met meer rust, geduld en vriendelijkheid aanga.

De afgelopen 15 jaar is de (S)GGZ ingrijpend veranderd. Wat zie je daarin als het belangrijkste?

Bij Dimence hebben we hard geknokt om steeds beter thuis te behandelen, ook bij hele ernstige psychische problemen. Maar de werkelijke verandering zie ik in de verbinding tussen ambulante en klinische behandeling. Pas dan kun je die slag naar zoveel mogelijk thuis behandelen echt maken. Bij Dimence hebben we daar de afgelopen jaren hele grote stappen in gezet. Juist door zeer te sturen op het grote belang van samenwerking: tussen cliënt, naasten en medewerkers, tussen medewerkers onderling en met collega's buiten de organisatie.

Jij was ook jarenlang de directeur met clientmedezeggenschap in je portefeuille. Hoe kijk je aan tegen deze samenwerking?

Ik heb graag en met plezier samengewerkt met de cliëntenraad van Dimence. Ik realiseerde me daar steeds wel bij dat we soms bijna het onmogelijke vroegen van de cliëntenraad: meedenken met en adviseren aan zo'n grote organisatie, met de cliënten van vandaag en morgen voor ogen en met de blik op de brede strategische agenda. Dat is heel wat anders dan meedenken met beleid op 1 of meerdere locaties.

Wat ga je het meest missen aan Dimence?

Alle mensen met wie ik zo lang en met veel plezier heb samengewerkt.

Is er nog iets wat je de 'achterblijvers' wil meegeven?

Koester je collega's en blijf altijd samenwerken met iedereen die betrokken is bij de behandeling, hoe moeilijk dat soms ook is. Samen werken aan een beter leven.

Jasper Wagteveld



## Herstelgericht werken

**Ik heb gewerkt als Gestalttherapeute (gespreksgerichte therapie) en als inhoudelijk coördinator van een therapiecentrum. Begin 1991 kreeg ik een burn-out. Ik kreeg een depressie, bulimia (een eetstoornis) en werd later ook psychotisch.**

Mijn opname was het begin van een vijftienvijftigjarig proces van aftakeling. In plaats van dat ik opknapt zakte ik steeds dieper weg. Ik bleek een dissociatieve stoornis te hebben, werd suïcidaal en was vaak gedesoriënteerd. Ik zat gevangen in duisternis en moest elke dag knokken om 'hier' te blijven.

Hulp kreeg ik vanuit de antroposofische zorg en zag ik om de veertien dagen mijn psychiater Wilfried. Ik werd twee keer binnen een jaar opgenomen. Een verschrikkelijke tijd. Als ik opgenomen was maakte ik meestal antroposofische poppen om me staande te houden. Dat was het begin van herstelgericht werken.

Later schreef Wilfried mij voor om naar een dagactiviteiten centrum te gaan.

Daar had ik veel weerstand tegen, ik voelde me te goed tussen al die mensen die de weg kwijt waren. Aan de andere kant was ik heel kwetsbaar en klein. Achteraf was deelnemen aan deze activiteiten mijn redding en een grote stap naar herstel. Ik maakte met veel hulp hele mooie dingen waar ik heel trots op was. Belangrijk om te vermelden vind ik dat ik in een enorm proces zat met een begin, een midden en een einde. Daarin is heel veel gebeurd en deze lange tijd heeft me geen windeieren gelegd.

Artikel

## INVEST IN YOURSELF

Nu voel ik me schatrijk van binnen, nog steeds heel kwetsbaar maar in de jaren heb ik geleerd dat mijn kwetsbaarheid ook een enorme kracht is. Vanuit de diepte ben ik heel langzaam naar boven gegaan de duisternis was alom. Er gebeurden in die tijd ook persoonlijke rampen, mijn jongste dochter overleed zeer plotseling, mijn andere dochter kreeg schizofrenie en mijn ex verliet me plotseling. Maar ik had het geluk dat mijn psychiater mijn steun en toeverlaat was. Hij stond dicht bij me, keek toe en handelde.

Dit was een grote factor bij mijn herstel. Op een gegeven moment ben ik een jaar opgenomen op een zorgboerderij. Het was achteraf heel genezend om gedurende zo'n lange tijd intensief met mezelf aan het werk te zijn.

Op een gegeven moment werd ik raadslid van de Adviesraad cliëntenbelangen de Kern/ Jeugd Ggz/WijZ Welzijn.

Ook dat was heel genezend, weer actief bezig zijn met gelijkgestemden.

Dit werk heb ik negen jaar met veel plezier gedaan en eerlijk, ik ben weer mens onder de mensen. Wat dat betreft kan ik eenieder aanraden om deze stap ook te doen. Het werk als raadslid houdt heel veel in. Je bent bezig aan de andere kant van de lijn met zijn kleine en grote vraagstukken.

Daarnaast ben ik ook jonge nabestaanden gaan begeleiden en schrijversgroepen. Nu ben ik gestart met een medische opleiding. Als kind droomde ik ervan om dokter te zijn. Door het leven dat ik geleid heb bleek dit onmogelijk. Nu wordt ook deze droom bewaarheid.

**Christine Brinkman**

## Cliëntenraad Dimence

## Eric stelt zich voor

**Ik ben Eric de Vries en ongeveer 1 jaar lid van cliëntenraad Dimence, basiscommissie Zwolle. Ik zit daar met bevlogen collega's Michael, Mirjam, Jasper en Gerda in. We proberen de belangen van onze cliënten zo goed mogelijk te behartigen.**

Ik zelf vertegenwoordig nogal veel zoals: FACT Zwolle Noord en Zuid, verslaving GDS (Grasdorpstraat) en de HIC en Medium Care beneden op de Eerdelaan in Zwolle. Ik zou die het liefst allemaal regelmatig bezoeken, echter Corona verbiedt me dat.

Op dit moment kan ik door Corona nergens meer terecht op de afdelingen om te praten over cliëntenbelangen dus werk ik vooral aan administratieve processen en handel telefoontjes af. Soms komen er cliënten op mijn flexkantoor. Ik heb op dit moment als uitvalsbasis de Grasdorpstraat omdat dit dicht bij mijn huis is.

De vragen waar cliënten mee komen zijn erg uiteenlopend. Dingen als... kun je advies geven of kan ik gewoon even

Voorstellen

met je van gedachten wisselen zonder dat je meteen wat wil doen? Soms gaat het over de smaak van het eten of de portiegrote van een maaltijd in een plastic bakje.

Ook vragen over de huis-of afdelingsregels komen voor. Wij kijken ook altijd of het een individuele vraag is, een vraag over de behandeling (bijvoorbeeld: Ik wil pil X niet meer nemen) of de bejegening. Als het om 1 cliënt gaat, dan verwijzen we hen vrijwel altijd door naar de PVP. Als het om signalen gaan die meerdere cliënten betreffen, dan is het mogelijk dat we dat als basiscommissie bespreken en eventueel zelfs in de beleidssommissie om te kijken of er actie nodig is. Michael en Jasper zitten namens basiscommissie Zwolle in die beleidscommissie.

Dimence zorgt voor een prettige werkplek en daarbij kom ik veel gemotiveerde medewerkers tegen die ook veel willen doen voor cliënten.

Ik denk dat je als cliënt echt op ons als belangenbehartigers kan rekenen. En ik doe graag de oproep hier, je kunt altijd contact met ons opnemen met een vraag of mededeling. We nemen je altijd serieus en kijken gezamenlijk met jou hoe we je het beste kunnen helpen.

**Eric de Vries**



# Will de Wreede neemt afscheid als voorzitter van Centrale Cliëntenraad

Interview



*'Naast cliënt/patiënt/gebruiker van diensten en als vrijwilliger, zijn we ook gelijkwaardige gesprekspartners'.*

**In overleg met de Raad van Bestuur (RvB) – en met instemming van de CCR – wordt de huidige CCR in zijn bestaande vorm opgeheven en legt Will de Wreede haar voorzittersfunctie van de Centrale Cliëntenraad van de Dimence Groep neer. Hiermee komt de weg vrij tot het transformeren van een CCR in een vernieuwde structuur.**

Er is een vacature voor een onafhankelijk voorzitter uitgezet en als deze aangesteld is zal er een nieuwe samenwerkingsovereenkomst met de RvB opgesteld worden, overeenkomstig aan de nieuwe Wmcz 2018. In 2017 trad Will de Wreede als voorzitter aan, op verzoek van de raad. 'Iemand moest het voorzitterschap op zich nemen en ik ben gevraagd om dat te doen', aldus Will. 'We hebben vanaf die periode tot nu best veel bereikt, dat vergeten we nog wel eens.' Een interview met Will, over die resultaten.

**Will, wat heeft jou gemotiveerd om lid te worden van de CCR?**

Mijn toetreding tot de CCR was simpelweg vanwege het feit dat de Adviesraad Cliëntenbelangen de Kern Maatschappelijke Dienstverlening, Jeugd ggz, WijZ Welzijn, niet vertegenwoordigd was in de toen bestaande CCR. De CCR bestond op dat moment alleen nog maar uit raadsleden van de cliëntenraad van stichting Dimence. We wilden dat ook onze stem en belangen gehoord werden en dat er samenwerking en uitwisseling zou komen tussen

de stichtingen onderling. Dat heeft te maken met de keten van hulpverlening en diensten binnen de Dimence Groep, die cliënten/patiënten kunnen doorlopen in hun behandel- en herstelproces. Denk bijvoorbeeld aan de ouders die in de Jeugd ggz ook onderdeel kunnen zijn van een behandelproces bij Stichting Dimence of Mindfit. Dat inzicht is in de loop der jaren gegroeid. Hoe je het ook wendt of keert, die verbinding mag er zijn. 'Mag' en geen 'moet', want van dat woord hou ik niet zo. De verbinding is meer dan wenselijk, omdat je dan naar de mens in zijn geheel kunt kijken en niet naar losse onderdelen. 'Als je aan één schakel werkt, is dat minder sterk dan dat je aan alle schakels werkt'. Dit sluit aan op integraal werken. De Dimence Groep bestaat uit vier verschillende stichtingen die, afhankelijk van de levensfase en het levensgebied waarin iemand zich bevindt met zijn hulpvraag, hulp beschikbaar heeft.

**Wie is Will de Wreede?**

Ik werk graag op de achtergrond en vanuit evenwaardigheid. Druk uitoefenen om te overtuigen is niet mijn stijl, ik kies voor consensus. Ik ben een mens van de dialoog, van het proces, het ervaren en voelen. Beroepsmatig ben ik persoonlijk begeleider met mensen uit specifieke doelgroepen, met elk hun eigen hulpvragen. Op dit moment ben ik een leerling met ervaring als student Social Work, daar spiegel ik nu de theorie aan de praktijk. Ik zou mezelf liever een Social coach willen noemen, coachend en empoweren vanuit mijn kernwaarde: evenwaardigheid.

**Is dit niet eerder een wens, dan realiteit?**

De zaadjes daartoe zijn geplant, de visie daarop is prima. De uitvoering daarvan laat in de realiteit soms zien, dat het gewoon nog beter kan worden afgestemd. Daar oog voor houden: 'Wat gaat goed en wat kan beter?' Dit was een drive om in de CCR actief te zijn.

**Kan je nog eens memoreren wat jullie hebben bereikt?**

Eën van de belangrijkste zaken waar we heel hard aan gewerkt hebben is de vertegenwoordiging van de twee stichtingen die nog niet betrokken waren in medezeggenschap t.w.: Mindfit en Transfore. Er was wat ik noem 'organisatiemoehheid' om dit te organiseren: 'Dat hebben we al geprobeerd en het wil niet lukken'. We waren de luis in de pels door hier steeds op terug te komen, te vragen of alle mogelijkheden wel onderzocht zijn.

Mijn ervaring heeft mij geleerd dat de uitvoering van beleid in de realiteit met regelmaat net weer anders wordt ervaren dan de intentie van een visie, de theorie van de regels of wetgeving, zoals die bedacht is achter een bureau. Daar waar het schuurt benoem ik en maak ik het zichtbaar binnen de verschillende partijen. Daar ben ik de bruggen aan het bouwen. We hebben te maken met verschillende individuen, ieder mens is verschillend, met een eigen beleving, eigen perceptie en dat vraagt soms om meer ruimte voor maatwerk. De visie kan nog zo mooi zijn, het staat en valt met het handelen. De vraag wordt me regelmatig gesteld waarom ik geen beleid wil maken. Dat kan ik nu nog niet. Ik wil juist laten zien hoe beleid kan werken, daarom is het nodig dat ik verbinding houd met de praktijk, met het voorleven, om te laten zien wat het anders maakt als je anders handelt.

**Kan iemand daar meer tijd voor krijgen, actiever mee aan de slag?**

Verschiedende raadsleden hebben daar actief in bijgedragen door zelf ook actief contact te maken met cliënten. Uiteindelijk heeft de gezamenlijke inzet geresulteerd in KlantMedezeggenschap (tegenwoordig Cliëntenraad) Mindfit in 2017 en Patiëntenraad Transfore in 2018. Hoewel medezeggenschap voor Mindfit vanwege de wettelijke verplichtingen niet nodig was, hebben we gesproken met de Raad van Bestuur om die wel te organiseren. We hebben het belang aangetoond van integrale medezeggenschap en de voordelen die het biedt en ook voor de organisatie op zich. Het belang van samen optrekken stond centraal om te voorkomen dat er besluiten worden genomen over de hoofden heen. Juist in de Ggz is het adagium 'je praat niet over mij, maar met mij',

**Volwaardige plek**

Het feit dat er vier stichtingen in de CCR vertegenwoordigd waren, heeft gemaakt dat er een nieuwe samenwerkingsovereenkomst is opgesteld en getekend in september 2018. Dat heeft onderhandelingen gevraagd

en vooral ook om verbeterstappen te zetten in zowel de samenwerking tussen de raden onderling als met de RvB, gericht op de toekomst. Dat was best een lastig proces. De CCR heeft opgemerkt dat de begroting formeel volgens de Wmcz ter advisering moet worden voorgelegd. Er was geconstateerd dat het tot nu toe niet goed genoeg was gelukt om de beïnvloeding van en advisering over de begroting van de Dimence Groep door de CCR vorm te geven. Daar is een notitie van gemaakt tot aanzet van het gesprek hierover. Vanuit die dialoog is een route afgesproken en is de CCR daarin een vast onderdeel geworden. Het proces verliep niet in één keer goed, maar met het oog op een groeiend ontwikkelingsproces voor zowel de CCR als RvB komen we steeds een stapje dichterbij in participerende medezeggenschap. Het is nog niet perfect, maar het wordt steeds beter.

**Volwassen dialoog**

De CCR heeft hierin ook geleerd, dat het niet nodig is om een brief te sturen en direct de Vertrouwenslieden in Utrecht of de klachtencommissie in te schakelen in situaties waar de ideeën anders over zijn. We voeren een volwassen dialoog. We gaan in gesprek en wijzen de RvB op onze punten en benoemen dat we het graag anders willen zien en vragen een actie van hen. Als er enkel voor de formele weg wordt gekozen, ga je uit de verbinding en is de kans groot dat je een strijd gaat voeren. Omgekeerd kan je vanuit de verbinding wel de dialoog voeren en dat formeel onderstrepen. Dit was en is nog steeds een leerproces om tot een integrale, participerende medezeggenschap te komen.

**Informatie delen**

Behalve het samenwerken was het van belang dat we ook onderling kennis en informatie gingen delen over verschillende onderwerpen die er speelden. Dit om de stichtingsraden en de CCR te versterken. Want als je veel uitwisselt, kan je als personen ook uitwisselbaar zijn, omdat de informatie overgedragen is. Soms is iemand tijdelijk niet beschikbaar, omdat we als leden kwetsbaar zijn, vanwege onze beperkingen. Openheid en transparantie was van belang om in dialoog te blijven, anders bestaat er een kans dat de organisatie die ongelijkheid benut. Daarom hebben we het LOC (Landelijke Organisatie Cliëntenraden) uitgenodigd om ons te trainen.

**Sollicitaties**

Met deze basis hebben we enorm ingezet op een actieve rol in de sollicitatieprocedures en vacatures binnen bestuur en management. Het was nog niet gebruikelijk dat cliënten



een volwaardige plek hadden in deze procedures. Inmiddels zijn we niet meer weg te denken. Destijds hebben we met alle lagen in de hiërarchie gesprekken gevoerd tot en met de Raad van Toezicht toe.

Door steeds compromissen te sluiten hebben we kleine stapjes gemaakt om dit bereiken. Ik ben blij dat binnen de WMO Divisie de Adviesraad Cliëntenbelangen die kans op een actievere rol ontstond door het afscheid van één van directeurs en de bereidheid van de directeur en management om hierin stappen te zetten en bij de sollicitatieprocedures de Adviesraad een evenwaardige partner te laten zijn.

Een vertegenwoordiging van de Adviesraad is van het begin tot het eind onderdeel geweest van het sollicitatietraject voor de aanstelling van de nieuwe directeur. Dit is in goed overleg met de Raad van Bestuur gegaan. Naderhand gaf de RvB terug in de evaluatie dat door het proces te doorlopen met zoveel verschillende lagen uit de organisatie, men tot nog betere keuzes was gekomen voor vervulling van een vacature. Nu gebeurt het steeds vaker.

Het digitaal verbinden is een nieuw te verwerven vaardigheid met upgradings voor velen. Corona heeft dit in een stroomversnelling gebracht, ontstaan uit noodzaak. Ik zie kansen voor de medezeggenschap met de diverse cliëntenplatformen. In de toekomst kunnen we onze achterban ook op die manier benaderen en bevragen over hun standpunten over goede en betere zorg

### Doen

Dit is wat ik bedoel met waarom ik niet enkel in beleid wil zitten. Ik wil, door in het veld te zitten en het voor-te-leven, ervaringen opdoen en voorbeelden geven. Door te

doen, te ervaren en ervan te leren, ontstaat voortschrijdend inzicht. Dan gaat bij mij de visionair aan. Visionair zijn betekent voor mij ook pionier zijn en dat is niet altijd leuk omdat het soms ook frustrerend is. Je moet ontzettend veel geduld hebben en heel veel liefde voor de mens in al zijn verschillende perspectieven. Met de CCR hebben we een groeiontwikkeling doorgemaakt op de participatieladder, of medezeggenschaps ladder. Dat gaat met stapjes van meedenken, meepraten naar meebeslissen. Cliënten willen er iets in betekenen vanuit een volwaardige plek en dat niet alles is goed gegaan, is bekend. Het is een voortdurend ontwikkelingsproces en niet anders dan het leven zelf. Zelf zie ik daarin parallelle processen binnen de cliëntenraden maar ook daarbuiten zoals in het maatschappelijke werkveld binnen de WMO, Jeugd- en Participatiewet. Laten we vooral ook voor ogen houden voor wat er al goed is en goed gaat, dat kan je oppakken en van daaruit dingen nog beter maken.

### Trots

In het bijzonder ben ik trots op het groeiproces dat we hebben doorgemaakt, dat we als cliënt in medezeggenschap serieuzer zijn genomen en meer in beeld zijn gekomen. Inspraak door cliënten draagt bij aan positieve effecten van behandeling en dienstverlening, zoals draagvlak, betrokkenheid, innovatie en zingeving. Het maakt dat er een evenwaardige relatie ontstaat. Dit proces vergt oefening en laten we respectvol en eerlijk naar elkaar toegeven, als organisatie en cliëntenraden: we zijn hierin lerend.

Dat is dan ook mijn wens voor de toekomst, dat de participerende medezeggenschap steeds meer bedding kan krijgen en uiteindelijk een vanzelfsprekendheid mag zijn. Een organisatie bestaat door zijn cliënten en die willen gezien, gehoord en empowered worden in hun herstel naar balans en welbevinden.

Kijk op:

**Centrale Cliëntenraad (CCR)**

<https://www.clientenradendimencegroep.nl/>

**Cliëntenraad Mindfit (naam is gewijzigd)**

<https://clientenraad.mindfit.nl/>

**Adviesraad cliëntenbelangen de Kern/Jeugd ggz en**

**WijZ Welzijn**

<https://adviesraad.dekern.nl/>

**Patiëntenraad Transfore**

<https://patientenraad.transfore.nl/>

**Clientenraad Dimence**

<https://clientenraad.dimence.nl/>



## Medezeggenschap bij de Dimence Groep je vindt ons op www

Op de website van de cliëntenraden van de Dimence Groep vind je informatie over iedere raad afzonderlijk. Je krijgt inzicht in de structuur van de medezeggenschap en waar iedere raad zich mee bezighoudt. Ook is dit de plaats om een vraag te stellen of contact op te nemen met één van de raden.

Iedere raad is op zoek naar nieuwe leden! We hebben je hulp hard nodig. Hier kan je je ook aanmelden als kandidaat-lid.

## Cliëntenraad Mindfit Meedenken meepraten meedoen

### Cliëntenraad, want de naam is gewijzigd. Dus geen KlantMedezeggenschap Mindfit meer, maar Cliëntenraad Mindfit.

Sinds 1,5 jaar heb ik zitting in de cliëntenraad van Mindfit. Ik ben Janny Hogeboom en 59 jaar. Na mijn scheiding nu 3 jaar geleden had ik voldoende vrije tijd en wilde ik mij graag nuttig maken, maar wel met iets wat ik zelf ook leuk zou vinden om te doen.

Na een ruime tijd van nadenken en zoeken in de wereld van het vrijwilligerswerk kwam ik bij de cliëntenraad van de Mindfit uit. Ik kom graag op voor groepen van mensen die dat zelf minder goed kunnen.

## Medezeggenschap en bingo?

Normaliter is het einde van het jaar het moment om het werk van de raden/commissies te evalueren tijdens een borrel en een etentje. De feestdagen nodigen uit om bij elkaar te komen en de samenwerking te onderstrepen. Dit jaar niet. De virtuele wereld moest uitkomst brengen voor de lockdown waarin we verkeren.

Nieuws



Ik zag een uitdaging in dit werk. Het met elkaar overleggen, de contacten met de achterban en het management, het sprak me allemaal erg aan. Ook geeft het werkplezier structuur en een zinvolle invulling van de tijd. Ook een opsteker is dat je er zelf wat van leert en de wereld zich vergroot als je uit je eigen bubbel stapt. Door corona hebben we gemerkt dat afstand met de computer te overbruggen is via 'Zoom' of 'Teams'.

Heb je ook interesse voor de Cliëntenraad Mindfit dan kun je informatie inwinnen bij [h.tebraake@dimencegroep.nl](mailto:h.tebraake@dimencegroep.nl) of op de website kijken.

### Janny Hogeboom

Bingo!



Zo ontstond het idee – hoe origineel, want ieder team had het bedacht – om een bingo te organiseren met alle leden in de cliëntmedezeggenschap.

En toch een lumineus idee, want het was heel plezierig om met een eigen kop chocolademelk voor het computerscherm bingo te spelen. Niet voor alle leden van de medezeggenschap, maar voor menigeen een leuke afwisseling tijdens de donkere dagen.

De vele prijzen zijn zoveel mogelijk de volgende dag thuisbezorgd.

Zo verbindt clientmedezeggenschap ook op een andere manier....



# Taal

Artikel



**Ik mag graag alleen zijn, heerlijk om mijn gedachtes te kunnen laten gaan. Te doen waar ik zelf zin in heb of lekker helemaal niks! Maar vooral niet te lang, want dan mis ik iemand om tegenaan te praten, dingen te delen. Nou praat ik ook gerust tegen de kat en desnoods tegen mijn planten, maar dat is toch anders dan menselijk contact.**

Onlangs werd de prachtige miniserie I.M. uitgezonden op televisie. De hoofpersonen zijn echte zielsverwanten. Overigens worden ze gespeeld door Ramsey Nasr (een van mijn favoriete acteurs) en, verrassend, Wende Snijders (ook bekend als fantastische zangeres). In de serie wordt een nieuw woord geïntroduceerd. Tenminste, ik hoorde het nooit eerder. Het woord tweezaam als tegenovergestelde van eenzaam: briljant! Die houden we erin. Ik wens iedereen de komende tijd het gevoel van tweezaamheid toe.



'Alleen op de wereld' is een wereldberoemd boek. Die titel roept een angstbeeld bij me op; dat lijkt me toch echt verschrikkelijk. Dan kun je slechts uitroepen: 'Ik voel me zo verdomd alleen!', net als Danny de Munk. Zo is alleen een ander woord voor eenzaam. Eenzaam heeft voor mij, en ik denk te weten voor iedereen, een negatieve betekenis. Het tegenovergestelde van negatief is positief, dat van alleen is samen.

Maar wat is het tegenovergestelde van eenzaam? Hoe druk je in één term uit dat je je niet eenzaam voelt? Alleen zijn houdt niet automatisch in dat je eenzaam bent. Je alleen voelen kun je ook zeker te midden van anderen. Als ik behoefte heb aan contact kan ik natuurlijk naar iemand toegaan, hoewel dat in deze Coronatijd soms helemaal niet zomaar kan. Maar (video)bellen of mailen is ook leuk, heb ik ontdekt. Zo ervaar je verbondenheid met de ander.



Ellen Oldenburg

# Ondersteuning nodig of behoefte aan advies?



**Voor vragen of klachten kan je als cliënt in de geestelijke gezondheidszorg terecht bij de Patiëntenvertrouwenspersoon (pvp). De pvp verleent je advies en bijstand bij de handhaving van jouw rechten. Hij of zij kent de interne en externe klachtwegen. Pvp'en zijn onafhankelijk van de Dimence Groep. Ze zijn in dienst van de Stichting PVP in Utrecht en werken volgens gedragsregels.**

De pvp behartigt de belangen van jou als cliënt en doet niets zonder toestemming van jou. Een gesprek met een pvp is vertrouwelijk, hij of zij heeft geheimhoudingsplicht. De pvp kan informeren, adviseren en ondersteunen bij het indienen van een klacht. De bereikbaarheid van de pvp in de instelling wordt bekend gemaakt met posters en folders van de pvp en in de informatiebrochures van de instelling.

Kijk eens op [www.pvp.nl](http://www.pvp.nl)

**Linda Paay**  
Deventer en  
Almelo e.o.  
06 559 123 46  
l.paay@pvp.nl



**Miquel Gonzales**  
FPK Balkbrug  
06 30565508  
m.gonzalez@pvp.nl



**Ellen Oldenburg**  
Dimence Zwolle e.o.  
06 150 451 84  
a.j.oldenburg@pvp.nl



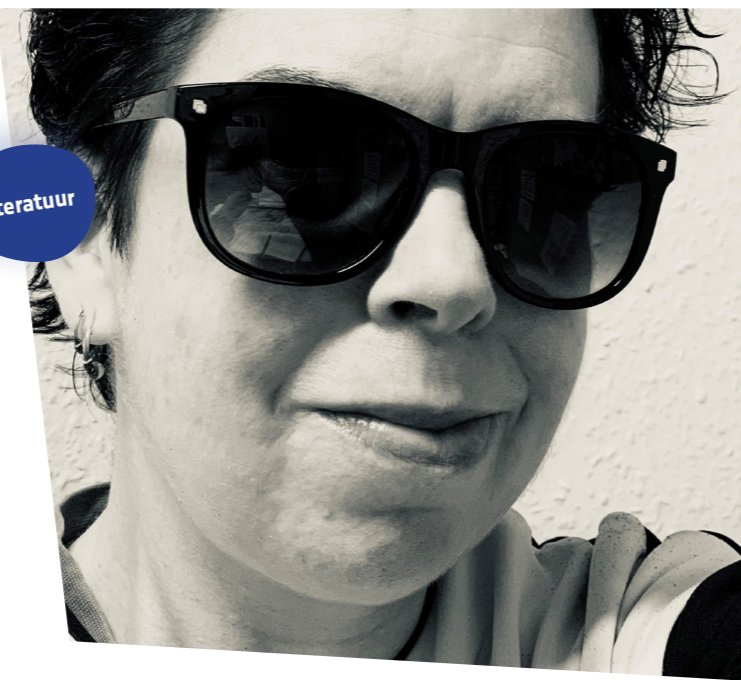
**Henk van Dijk**  
Dimence Zwolle e.o.  
06 174 316 02  
h.van.dijk@pvp.nl





## Leer elkaar eens beter kennen, even voorstellen: Sharktale

Literatuur



### Cliënt-interview in de serie 'Portretten' januari 2021 door Merit Hanekamp, ervaringsdeskundige Raalte

In dit artikel wil ik jullie iets over mijn eigen achtergrond vertellen en over iets waar ik eigenlijk wel trots op ben. Ik gebruik hierbij wel mijn pseudoniem Sharktale omdat het me meer vrijheid verschaft dan wanneer ik dit onder mijn eigen naam zou doen. Bovendien heb ik dit pseudoniem al eens eerder gebruikt met betrekking tot mijn teksten.

Mijn pseudoniem verschaft me de ruimte om mijn eigen gevoelens vrijelijk de loop te laten. Het is nu eenmaal helaas nog altijd zo, dat er een stigma kleeft aan mensen, die een psychisch etiketje hebben. En dat zou tegen mij kunnen werken, omdat ik inmiddels weer een leuke vrijwilligersbaan heb in de foodsector en ik vandaar uit weer wil doorgroeien naar een vergelijkbare betaalde baan en ook zou ik mezelf wel zien werken als ervaringsdeskundige binnen een zorginstelling.

Mijn eigen psychische achtergrond is er één van zware depressies door, denk ik. Een traumatische jeugd in combinatie met een laag zelfbeeld. Door mijn depressie van zo'n 5 à 6 jaar terug kwam ik uiteindelijk in contact met Dimence. Mijn huisarts stelde mij toen gewoon voor de keus: je laat je opnemen of je kiest zelf hulp. Zo kwam ik terecht in de deeltijdbehandeling van Dimence, waar ik gedurende 9 maanden 2 dagen per week naar toe ging. Daar deden wij diverse soorten van therapie; onder andere PMT=psychomotorische therapie, RET= Rationeel Emotieve Therapie en psychotherapie.

Het was in deze tijd, dat een van mijn behandelaars daar, maar ook de andere deelnemers van deze deeltijdgroep, mij adviseerden om iets te gaan doen met mijn schrijftalent. Ik had al eerder dingen aan het papier toevertrouwd om zaken

van me af te kunnen schrijven en ik daarmee gevoelens en gedachten vrij kan uiten. Ik schrijf zoals ik het zelf noem poëtisch proza, niet op rijm, maar altijd recht uit mijn hart. Zo is mijn werk dus deels autobiografisch en dat maakt dus ook dat ik liever onder een pseudoniem schrijf, dan zijn de dingen niet direct herleidbaar naar mij toe. Mijn werk gaat onder meer over mijn eigen depressies, mijn suïcidaliteit, maar ook over de schoonheid van de natuur en het leven. Ik ben dan ook echt mijn eigen criticaster in dit werk; het komt van binnenuit en is doorleefd! Dat maakt echter ook, dat mijn werk voor veel mensen herkenbaar is en ze erdoor worden geraakt.

Door dit advies vanuit Dimence ben ik mijn gevoelens en gedachten op papier gaan zetten. Ik heb wat laten lezen aan de desbetreffende behandelaar en zij vond dat het uitgegeven moest worden, aangezien mensen hier echt wat aan konden hebben. Ik heb dus de stoute schoenen aangetrokken en zes van mijn teksten opgestuurd naar uitgeverij Boekscout. Tot mijn grote verbazing zagen ze er wel wat in en na overleg besloten we dat ik 60 teksten aan zou leveren in een manuscript.

Daar is dus mijn eerste bundel uit ontstaan: 'Zoektocht naar Mijzelf' met als ondertitel 'Gedichten en gedachten over het leven'. Deze is net voor de kerst verschenen op 24 december.

Het is echter nu een bijzonder rottige periode met deze lockdown om dingen te promoten of aan te bieden in winkels, bibliotheken en dat soort zaken. Dat zit me niet mee dus. Het is daarom ook echt fijn, dat ik via deze weg ook mensen opmerkelijk kan maken op mijn poëziebundel en juist in een omgeving waarin het hopelijk ook als bron van hoop en inspiratie mag dienen.

Zo heb ik mijn bundel ook geschreven; als een rode draad loopt door al deze teksten heen dat sprankje van hoop, dat lichtpuntje aan de horizon en die boodschap; hoe donker het ook is, het wordt weer eens licht. Dat zijn immers ook mijn eigen ervaringen!



Literatuur

## Omarm het leven

Mijn naam is **Marijn Louis Willems**. Als onderdeel van mijn therapie bij Dimence heb ik een verhaal geschreven dat in juni in boekvorm is uitgegeven bij uitgeverij Boekscout. Mijn boek heeft de titel 'Omarm het leven; de titanenstrijd van een als leerling seksueel misbruikte man'.

Men zegt dat het veel inzicht, troost en hoop biedt. Mijn boek bevat proza en poëzie. NBD Biblion schrijft o.a. hierover: 'indrukwekkende beschrijvingen en treffende gedichten'.

Een verhaal dat velen raakt, ook gezien de mooie reviews en recensies:



bol.com



boekscout.nl

Ik nodig je dan ook van harte uit om het eens te lezen, veel plezier alvast.

Sharktale

Link van de website van deze bundel:



**Merit Hanekamp**  
Ervaringsdeskundige Raalte

De Vlaamse psychiater Dirk De Wachter en actrice Karin Bloemen schreven het volgende voor op de achterkant van het boek:

**'Dit indrukwekkende verhaal is nodig om dit verborgen leed breed bekend te maken. Het boek is goed geschreven, de inhoud kruipt onder de huid. Het heeft mij erg getroffen. Het is een verhaal van verschrikking, maar ook van hoop'.**

– De Vlaamse psychiater Prof. Dr. Dirk de Wachter

**'Dit verhaal is eerlijk en aangrijpend. Het geeft inzicht in wat een jong mens moet ondergaan en zijn gevecht om hier mee te dealen. Laat iedereen weten hoe het is en laat iedereen ervan leren. Mijn respect is groot'.**

– Karin Bloemen, zangeres en cabaretière



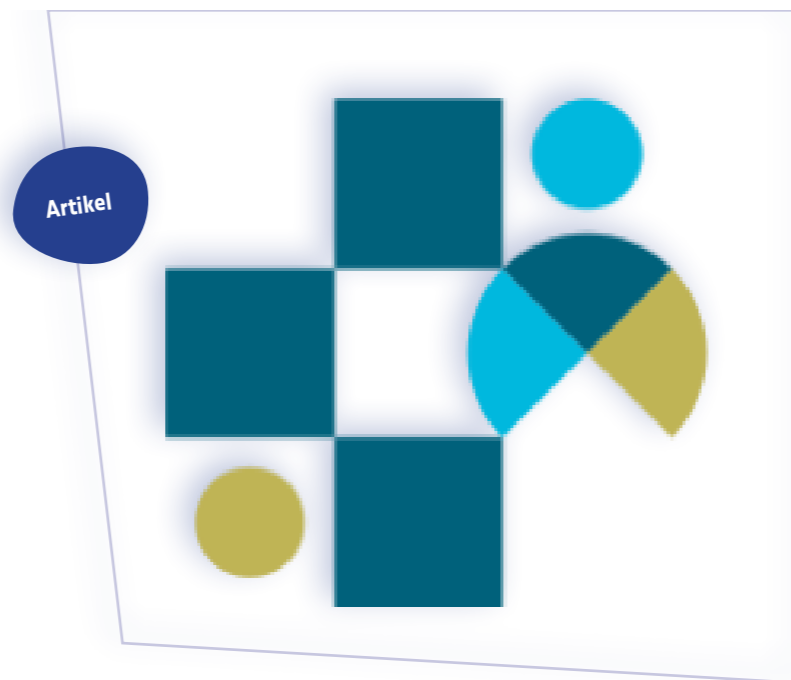
*O ja, al m'n royalty's voor dit boek gaan overigens naar Terre des Hommes.*

**Marijn Louis Willems**



# Nieuw: het Zorgprestatie-model

## Waar gaat het over en wat betekent het voor cliënten?



**Het zorgprestatie-model is vanaf 2022 de nieuwe bekostiging voor geestelijke gezondheidszorg en forensische zorg. Het wordt een bekostiging met eenvoudige regels en duidelijke nota's. Met eerlijke vergoedingen voor gepaste zorg.**

### Waarom?

De overheid wil de zorgkosten op een andere manier gaan betalen aan zorginstellingen. Zoals we allemaal weten, kost de gezondheidszorg steeds meer geld en dat merken we allemaal aan onze maandelijkse zorgpremie. Een nieuw zorgprestatie-model moet de betaalbaarheid en toegankelijkheid beter gaan maken. Bovenal moet het ook de administratiedruk voor medewerkers verminderen, zodat ze meer tijd hebben voor de behandeling en begeleiding.

Het eerste doel van het nieuwe zorgprestatie-model is om het mogelijk te maken dat iedereen de zorg krijgt die nodig en gepast is. De overheid wil hiermee het goed opschalen (verhogen) en tijdig afschalen van zorg (verminderen) mogelijk maken. Dit moet ook beter te toetsen zijn. Het tweede doel is een betere bestuurbaarheid van het zorg(betalings)systeem.

Deze nieuwe manier van betaling aan instellingen, zal gelden voor de Basis GGZ (Mindfit), de Gespecialiseerde GGZ (Dimence) en voor jaar 2 en 3 van de Langdurige GGZ (Dimence) en voor de Forensische Zorg (Transfore). Deze betalingsmanier zou moeten ingaan in het jaar 2022.

### De verandering

Alle oude manieren van betalen (zoals o.a. DBC's – Diagnostische Behandel Combinatie) aan instellingen stoppen en gaan over naar het zorgprestatie-model. Een prestatie levert de instelling een bedrag op. Het nieuwe model kent straks meer dan 1000 prestaties, dat is een enorm model.

Maar geen zorgen! Wij als cliënten hebben hier geen last van, want wij zien die prestaties nooit allemaal tegelijk. Een prestatie (zoals bijvoorbeeld een stabiliserend gesprek) zorgt ervoor dat die juist precies aansluit bij wat wij als cliënten nodig hebben. Je kunt het zelf gemakkelijk herkennen.

Het nieuwe zorgprestatie-model zal volgens de overheid leiden tot:

- Een maximale transparantie van geleverde zorg (de informatievoorziening voor cliënten, verzekeraars en instellingen over de zorgkosten en het zorggebruik zal sterk verbeteren)
- Prijzen die aansluiten bij de geleverde behandeling (de instelling krijgt alleen betaald voor wat ze daadwerkelijk doet)
- Vereenvoudiging van de administratie en verantwoording (minder administratieve lasten en een versnelling van de declaratiemogelijkheden voor de instelling)
- Een aanzienlijke versnelling van de beschikbare informatie voor elke betrokken partij. Denk aan jezelf als cliënt en bijvoorbeeld de zorgverzekeraar (simpele en vlotte datageneratie voor een goede bestuurbaarheid door instelling en zorgverzekeraar).

### Zorgvraagtypering

Een onderdeel van het prestatiezorgmodel is de zorgvraagtypering. Dit geeft het type zorg aan dat de cliënt nodig heeft. Het doel van de zorgvraagtypering moet een gepast gebruik van zorg gaan ondersteunen en de klinische herkenbaarheid van de zorg die bij een bepaalde zorgvraag nodig is, vergroten.

### Het nut voor een instelling en voor een cliënt?

De effecten van het nieuwe zorgprestatie-model zouden handig kunnen zijn in het gesprek tussen de Dimence Groep en de zorgverzekeraars. Het zorgprestatie-model is voor dit gesprek over het algemeen beter of veel beter dan het huidige gesprek over betaling. Voor cliënten met een ernstige psychiatrische aandoeningen

(EPA) zal, zo verwachten de ontwikkelaars, het nieuwe zorgprestatie-model beter zijn. Wij als cliëntenraad Dimence, basiscommissie Zwolle zullen er ook goed op letten dat de EPA doelgroep nog betere zorg krijgt.

Andere voordelen voor de cliënt (dit geldt niet voor de forensische zorg)

- Het zorgprestatie-model versterkt de positie van een cliënt want het wordt eenvoudiger en begrijpelijker voor cliënten. Er zijn begrijpelijke zorgprestaties en doordat prestaties aansluiten bij contactmomenten, bevat de nota (de rekening) herkenbare informatie die de cliënt makkelijk kan controleren: op soort consult, de duur en wie de behandelaar is. Deze zorgprestatie-informatie komt op de nota en zal ook zichtbaar zijn in 'mijn-omgeving' bij de zorgverzekeraar. De nota is dus voor het eerst goed controleerbaar voor jou als cliënt/zorgpremiebetaler.
- Er komt meer aandacht voor diagnostiek, doordat daarvoor een aparte, passende vergoeding komt. Dit maakt mogelijk dat de juiste professional hier de benodigde aandacht aan geeft.
- Door verschillen in de zorgprestaties, zal naar verwachting de instelling vaker de juiste professional inzetten.
- De wachtlijsten worden korter doordat feitelijk cliëntcontact wordt beloond en bovenmatige inzet van indirecte tijd niet.
- De bekostiging sluit beter aan bij de werkelijke behandelkosten. Dit geeft meer financiële ruimte voor de behandeling van bijvoorbeeld ernstige psychische aandoeningen.

• Het nieuwe model ondersteunt 'shared-decision making'. Doordat er straks meer informatie voor een cliënt beschikbaar komt, kun je samen beter praten over de zorg. De typering van de zorgvraag gaat hier hopelijk aan bijdragen. Deze typering van de zorgvraag is een extra aanleiding om in gesprek te gaan, niet alleen vooraf maar ook tijdens de zorgverlening.

Bijzonder is dat de NZa (Nederlandse Zorgautoriteit) heeft geadviseerd om na te denken over hoe de cliënt het beste te betrekken bij de nieuwe rol als 'controleur' van de informatie die straks beschikbaar komt. Welke cliënt wil nou als controleur fungeren in een zorgcontact? De enige vorm die ik er in lees, is dat je als cliënt/klant kunt zien wat je gekocht/ontvangen hebt aan zorg. Een rol als controleur van de instelling, is mijns inziens een brug te ver.

### Eric de Vries

lid cliëntenraad Dimence, basiscommissie Zwolle en tijdelijk lid CCR

\* Bron:

- Het zorgprestatie-model-ggz-fz-rapportage-voor-besluitvorming
- Het nieuwe Zorgprestatie-model: [www.zorgprestatie-model.nl](http://www.zorgprestatie-model.nl)
- Op naar een nieuw ZPM.

# Eenzaamheid

**We hebben er veel over gehoord de afgelopen maanden en we zullen het ook wel blijven horen de komende tijd. En daarna ook wel denk ik. Eenzaamheid is iets van alle tijden. Niet alleen tijdens de coronacrisis.**

Eenzaamheid heeft er, volgens mij, ook mee te maken dat iemand anders jou niet kent, alleen maar oppervlakkig. Daar bedoel ik mee te zeggen: iemand anders kent mij en ik ken die ander, niet alleen maar oppervlakkig. Ik kan bij die anderen een heleboel kwijt en zij ook bij mij. Zo kennen die anderen mij goed en ik de anderen goed. Wij kijken elkaar in de ogen en ik weet dat ik 24/7 bij die anderen terecht kan. En andersom.

Het weten dat er altijd iemand is voor mij maakt dat ik mij niet eenzaam voel.

Eerste kerstdag ben ik positief getest op het coronavirus. Dat was even schrikken... Ik had afspraken voor de kerst maar het kon allemaal niet doorgaan. Ik ben single. Maar God zij dank was en ben ik niet alleen. Hoe kan het ook anders met een zus die een doos met eten van haar kerstdiner bij mij afleverde en de week na kerst voor mij mijn boodschappen deed... Hoe kan het ook anders met een vriendin die in de week daarna mijn boodschappen voor mij deed... Hoe kan het ook anders met vriendinnen die elke dag twee keer of drie keer belden, met beeld. En eten brachten. Er werd aan mij gedacht tijdens het koken. Voor mij heeft eenzaamheid niet heel veel te maken met alleen zijn. Echt contact hebben met een ander dat is, althans voor mij, heel belangrijk. Het weten dat er anderen zijn die aan je denken.

### Marjolijn Brandse







# De 'Denktank' en 'Broodje geleerd'

## Adviesraad Naasten

**Wat hebben deze twee zaken met elkaar te maken? Daar hoop ik verderop in dit stukje van de Adviesraad Naasten op terug te komen en dan zal het hopelijk duidelijk worden.**

Het nieuwe jaar is al even begonnen en wat doe je wanneer je de taken van de Adviesraad Naasten weer oppakt? Terug kijken, juist ja.

Dat hebben we in de raad ook gedaan. Er is een jaarverslag gemaakt en we zijn bezig geweest om na te denken over onze rol binnen de organisatie. Bovendien hebben we geleerd om digitaal te vergaderen.

Dat laatste is ons niet goed bevallen. Wij zijn naasten die liever live contact hebben. Ook omdat we altijd de tijd nemen om bij te praten. In een raad zitten, zoals wij, is ook het hebben van lotgenotencontact. We voelen ons veilig bij elkaar om zaken, die je bezig houden, met elkaar te delen. Je voelt elkaar aan en dat is een goede basis om samen bezig te zijn.

Ja, die lockdown. Als ik dit stukje schrijf, zitten we er nog middenin. Het is voor sommige mensen een eenzame tijd. Ik ben me ervan bewust dat ik mijn gezin heb, maar als je alleen bent en al je bezigheden wegvallen, dan kan het je allemaal wel teveel worden. Mocht je dit ervaren, dan willen wij als Adviesraad Naasten deze geluiden horen. Of heb jij of heeft u een opmerking waar wij als Adviesraad wat mee moeten, mail ons dan: [adviesraadnaasten@dimencegroep.nl](mailto:adviesraadnaasten@dimencegroep.nl)

Nu kom ik, zoals beloofd, terug op 'Denktank' en 'Broodje geleerd'.

Bas van Wel, directeur zorg Dimence, heeft vorig jaar een zogenoemd Denktank opgezet. In deze Denktank zitten personeelsleden van de diverse divisies van Dimence. Mijn mede-adviesraadslid Annie en ik zijn hierbij aangesloten vanuit de Adviesraad Naasten. De aanleiding om deze

Artikel



Denktank op te zetten, was dat er binnen Dimence personeelsleden op verschillende manieren met naasten en het naastenbeleid omgaan. Het is goed om deze manieren/ideeën te bundelen en zo van elkaar te leren en het gedachtengoed rond naasten binnen Dimence uit te voeren. Het werken in de triade met naasten moet gewoon worden. In de Denktank worden personeelsleden die succesverhalen met het werken met naasten hebben en die willen delen van harte uitgenodigd om aan te sluiten. Dat geldt ook voor naasten.

En dan 'Broodje geleerd'. Iemand die deelneemt aan de Denktank heeft met zijn team een gezamenlijk leermoment: het 'Broodje geleerd'. Onder de lunch bespreekt men met elkaar in het team een onderwerp.

Ik had aangegeven dat ik mijn ervaringen als naaste wel wil delen met een team dat werkzaam is bij Dimence. Zo werd ik dus uitgenodigd.

Ik heb mijn verhaal in drie onderdelen verdeeld:

- 1: Wat doet de Adviesraad Naasten?
- 2: Mijn ervaringsverhaal
- 3: Samen discussiëren over hoe het bewuste team samenwerkt met naasten.

Het was een goede bijeenkomst, zo werd mij achteraf aangegeven.

De belangrijke uitkomsten:

Hoe gaan wij om met de naasten? Alleen als informatiebron, of vragen wij ook hoe het met de naaste(n) gaat? Hebben we (voldoende) oog voor de naaste(n)? Hoe kunnen wij ons laten zien aan de naaste(n) en wat doen wij als behandelteam, ofwel: Hoe informeren wij de naaste(n) over onze werkwijze? Is een algemene informatiedag een idee? Of kunnen we de deuren eens opzetten en naasten welkom heten? Bijvoorbeeld bij de dag van de zorg?

Tot slot hebben we besproken hoe je een naaste toch kunt betrekken wanneer een cliënt dit misschien niet wil. Is er een opening voor samenwerking in de triade door goed met de cliënt, naaste en behandelaar te overleggen wat wel en niet wordt besproken met de naaste(n)?

Wanneer er dan vertrouwen opgebouwd wordt, kan er wellicht meer in de triade gewerkt worden. Een cliënt kan zo ervaren dat samenwerking goed is voor zijn of haar herstel of begeleiding.

Wellicht is het goed om dit met cliënten te bespreken dat de naaste alleen algemene info krijgt en niet op de hoogte wordt gesteld over de gehele behandeling die de cliënt krijgt.

Wil je je ervaring delen na het lezen van dit stukje, mail ons dan: [adviesraadnaasten@dimencegroep.nl](mailto:adviesraadnaasten@dimencegroep.nl) Dat lijkt mij heel interessant! We werken toch samen in de triade van cliënt/patiënt, behandelaar en naaste!

We ervaren tenslotte als Adviesraad Naasten dat binnen de diverse divisies het samenwerken met naasten en het naastenbeleid steeds meer aandacht krijgt. Hier zijn we erg blij mee, en ook trots dat we dit, als Adviesraad Naasten, meer op de agenda hebben gekregen. En we gaan door! Ook in 2021!

**Anqueliën Visser**

## Belangrijke adressen

### Centrale Cliëntenraad

centraledclienraad@dimencegroep.nl  
Coach/adviseur: Huub te Braake  
06 139 467 31

### Adviesraad Cliëntenbelangen Maatschappelijke Dienstverlening de Kern/Jeugd ggz/WijZ Welzijn

adviesraad@stdekern.nl  
Coach/adviseur: Patricia Otto  
06 207 519 90

### KlantMedezeggenschap Mindfit

kmm@mindfit.nl  
Coach/adviseur: Huub te Braake  
06 139 467 31

### Patiëntenraad Transfore

patientenraad@transfore.nl  
Coach/adviseur: Patricia Otto  
06 207 519 90

Cliëntenraad Dimence bestaande uit:

**beleidscommissie**  
beleidscommissie@dimence.nl  
Coach/adviseur: Agnes Meijerink  
06 512 054 12

### basiscommissie Almelo en omstreken

basiscommissiealmelo@dimence.nl  
Coach/adviseur: Agnes Meijerink  
06 512 054 12

### basiscommissie Deventer en omstreken

basiscommissiedeventer@dimence.nl  
Coach/adviseur: Agnes Meijerink  
06 512 054 12

### basiscommissie Topreferente GGZ

basiscommissietop@dimence.nl  
Coach/adviseur: Patricia Otto  
06 207 519 90

### basiscommissie Zwolle en omstreken

basiscommissiezwolle@dimence.nl  
Coach/adviseur: Agnes Meijerink  
06 512 054 12

### Adviesraad Naasten

adviesraadnaasten@dimencegroep.nl  
Coach/adviseur: Huub te Braake  
06 139 467 31

### Algemeen

secretariaatclientmedezeggenschap@dimencegroep.nl



## Belangenbehartiging, lotgenoten, naasten, voorlichting, vraagbaak, luisterend oor....

### Angst Dwang en Fobie stichting

[www.adfstichting.nl](http://www.adfstichting.nl)

**Al- Anon** – familiegroepen van verwanten van alcoholisten

[www.al-anon.nl](http://www.al-anon.nl)

**Anoiksis** - vereniging voor mensen met schizofrenie

[www.anoiksis.nl](http://www.anoiksis.nl)

**Balans** - belangenvereniging ADHD, DCD, MCDD, dyslexie, dyscalculie en autismespectrum

[www.balansdigitaal.nl](http://www.balansdigitaal.nl)

**Impuls en woordblind belangenvereniging ADHD, ADD, dyslexie en dyscalculie en hun verwanten.**

[www.impulsenwoordblind.nl](http://www.impulsenwoordblind.nl)

**Kopstoring** - een website voor jongeren met ouder met psychische of verslavingsproblemen

[www.kopstoring.nl](http://www.kopstoring.nl)

**KopOpOuders** – online opvoedingsondersteuning voor ouders met psychische klachten

[www.kopopouders.nl](http://www.kopopouders.nl)

**Landelijke stichting familievertrouwenpersonen Advies en hulplijn familie in de ggz:**

0900 - 333 22 22

[familieindeggz@lsfvp.nl](mailto:familieindeggz@lsfvp.nl)

[www.lsfvp.nl](http://www.lsfvp.nl)

**MIND Landelijk Platform Psychische Gezondheid**

[info@wijzijnmind.nl](mailto:info@wijzijnmind.nl)

[www.wijzijnmind.nl](http://www.wijzijnmind.nl)

**MIND Korrelatie**

Hulp- en advieslijn: 0900-1450, bereikbaar op werkdagen van 9.00 – 18.00 uur.

[vraag@korrelatie.nl](mailto:vraag@korrelatie.nl)

[www.mind@korrelatie.nl](http://www.mind@korrelatie.nl)

**Nederlandse Patiëntenvereniging**

[www.npvzorg.nl](http://www.npvzorg.nl)

**Nederlandse Vereniging voor Autisme**

Informatie- en advieslijn 0900-28 84 763.

[info@autisme.nl](mailto:info@autisme.nl)

[www.autisme.nl](http://www.autisme.nl)

**Pandora Depressielijn**

0900 - 6120909 ma t/m do van 13.30 - 15.30 uur en 19.00 - 21.00 uur.

**Patiëntenfederatie Nederland**

[info@patientenfederatie.nl](mailto:info@patientenfederatie.nl)

[www.patientenfederatie.nl](http://www.patientenfederatie.nl)

**PAS** - Personen uit het Autisme Spectrum

[secretaris@pasnederland.nl](mailto:secretaris@pasnederland.nl)

[www.pasnederland.nl](http://www.pasnederland.nl)

**Plus minus** - vereniging van en voor mensen met een bipolaire stoornis en hun naasten

[bureau@plusminus.nl](mailto:bureau@plusminus.nl)

[www.plusminus.nl](http://www.plusminus.nl)

**Stichting Borderline**

Lotgenoten: 030 276 7072, maandag, woensdag en vrijdag van 10.30 - 14.30 uur.

[stichting@stichtingborderline.nl](mailto:stichting@stichtingborderline.nl)

[www.stichtingborderline.nl](http://www.stichtingborderline.nl)

**Stichting Labyrint In Perspectief** - naasten van mensen met psychische of psychiatrische problemen

Hulplijn: 0900-2546674

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

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

**Stichting Patiëntenvertrouwenpersoon GGZ (PVP)**

Helpdesk: 0900 4448 888 kantoor tijden en op zaterdag van 13.00 – 16.00 uur

[helpdesk@pvp.nl](mailto:helpdesk@pvp.nl): chatten op maandag t/m

donderdag van 19.00 - 21.00 uur

[www.pvp.nl](http://www.pvp.nl)

**Vereniging Ypsilon** – naasten van mensen met een

verhoogde kwetsbaarheid voor psychose

Adviesdienst: 088 0002 120

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

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

**Vriendendiensten Deventer** - informatie, advies en praktische hulp (o.a. maatjesactiviteiten)

Lange Zandstraat 15, Deventer 0570-613747

[info@vriendendienstendeventer.nl](mailto:info@vriendendienstendeventer.nl)

[www.vriendendienstendeventer.nl](http://www.vriendendienstendeventer.nl)

**Weet** - Vereniging rond eetstoornissen

[info@weet.info](mailto:info@weet.info)

[www.weet.info](http://www.weet.info)

## Voor en door cliënten: Inloop, activiteiten, herstelcursussen in de regio

**Autisoos** – informatie en ontmoeting van mensen met autisme

Fresiastraat 55 Zwolle

Elke laatste woensdagavond van de maand

[www.autisoos.nl](http://www.autisoos.nl)

**De Lighthouse** – huiskamer voor ontmoeting rond sociale armoede

Troelstralaan 45, Waterkwartier, Zutphen

Kantoor tijden

**Focus Zwolle** - open centrum voor activiteiten, herstelcursussen en ervaringsdeskundigheid

Zerboltstraat 63, 8022 RW Zwolle

[www.focuszwolle.nl](http://www.focuszwolle.nl)

Maandag - vrijdag 9.00 - 17.00 uur

**Herstelcentrum De Ruimte** - open centrum voor activiteiten, herstelcursussen en ervaringsdeskundigheid

Fresiastraat 55 8013 SN Zwolle

Kantoor tijden

**Inloop bij DOS 37**

Schout Doddestraat 46 - Twenterand

Iedere dinsdag- en donderdagmorgen van 10.30 – 11.30 uur

**Inloophuis Mensdoormens**

Hagedoorn aan de Wilgenstraat 11 Almelo

[www.mensdoormens.nl](http://www.mensdoormens.nl)

Kantoor tijden

**Inloophuis Borne**

Wijkcentrum De Letterbak, Clematishof 6 Borne

Woensdag van 13.00 - 16.00 uur, zondag van 17.00 - 20.00 uur

**Stichting Cliëntenbond GGZ Deventer e.o.** - Een vereniging van/voor en door (ex)cliënten van de GGZ

Lange Zandstraat 15, Deventer

zondag van 14.00 -16.00 uur

**Zelfregiecentrum Deventer** - open centrum voor inloop, activiteiten en herstelcursussen

Lange Zandstraat 15, Deventer

[www.vriendendienstendeventer.nl](http://www.vriendendienstendeventer.nl)

maandag - donderdag 8.30 -16.00 uur

**Zelfregiecentrum Raalte** - open centrum voor inloop, activiteiten en herstelcursussen

Kerkstraat 13, Raalte

[www.vriendendienstendeventer.nl](http://www.vriendendienstendeventer.nl)

maandag en woensdag 9.00 -16.00 uur

**ZiN** - laagdrempelige ontmoetingsplek

Marnixhoes, Marnixstraat 1, Hengelo

dinsdag- en donderdagmorgen van 09.00 - 13.00 uur





# Kom jij op voor je medecliënt?

**Hou je ervan om je mening te uiten? Wil je invloed hebben op het beleid van de organisatie? Wacht dan niet langer en neem contact op via: [werving.clientenraden@dimencegroep.nl](mailto:werving.clientenraden@dimencegroep.nl)**

Voor vrijwel alle onderdelen van de cliëntmedezeggenschap zijn we op zoek naar nieuwe raadsleden.



**Clïentenraden**