

Jaargang 11 / Augustus 2019

nr. 3



Diverce

Zin(geving)

Een uitgave voor en door cliënten van de Dimence Groep



wyz
welzijn

welzjn
kampen

Dimence



MINDFIT
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, Sjors Michels
Eindredactie: Ria Wolfkamp, Marleen Huis in 't Veld
Opmaak: Koen IJssel, Team Communicatie,
Dimence Groep Deventer
Voorkant: Heico Klumpen
Druk: Sonodruk, Heino
Verzending: Repro Hermann Simon, Deventer
Redactieadres: Redactie Diverce
Brinkgreven, Henri Dunant
Postbus 5003
7400 AS Deventer
clienblad@dimencegroep.nl

Inhoud

- 3 Redactioneel
- 6 Zingeving voor mij
- 7 Ontdek en deel de Appwijzer
- 8 Nieuwe kapitein op het schip
- 9 Gedachten op een fiets
- 12 'Ik durf veel bespreekbaar te maken'
- 14 Zingeving. Wat is de zin van het leven?
- 16 Digitaal bij Dimence
- 18 Afscheid coach/ondersteuner Nelly van Dijk
- 19 Koken met Jaap
- 20 Sudoku

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: clienblad@dimencegroep.nl.

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

Voor het volgende nummer ontvangen we graag
bijdragen vóór 15 november 2019.

Het thema is: Over de streep

Zingeving

Dit keer is het thema: Zingeving. Zingeving is een begrip uit de metafysica, wijsgerige antropologie en de psychologie en betekent het zoeken naar de zin, de bedoeling of het doel van het leven of van grote gebeurtenissen in het leven, of het trachten dit doel zelf te scheppen.

Het woord zelf suggereert dat dit een actief proces is, wat erop wijst dat de zin van enig voorval geen vanzelfsprekendheid is. Zingeving kan gebaseerd zijn op verschillende elementen, waaronder geloof, rede of logos en esthetiek. De geschiedenis van de zingeving is mogelijk even oud als de mensheid zelf.

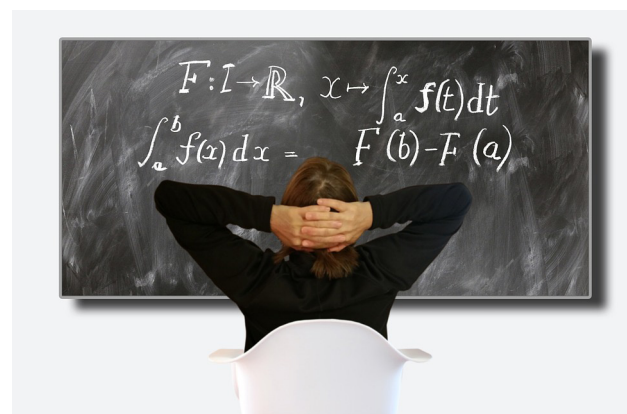
Namens de redactie Diverce,
Jaap Kolk

Nieuws van de Centrale Cliëntenraad

Adviesbureau Kode4

De raad van bestuur heeft Kode4, een adviesbureau voor zorg- en dienstverlenende organisaties, ingehuurd om onderzoek te doen naar cliëntmedezeggenschap bij de Dimence Groep om tot een toekomstbestendige cliëntmedezeggenschap te komen.

Vertegenwoordigers van alle stichtingsraden hebben inmiddels gesprekken met het bureau gevoerd. Medio september wordt het adviesrapport verwacht. Vervolgens zal het door de raad van bestuur ter advisering worden voorgelegd aan de cliëntenraden.



Nieuws van cliëntenraad Stichting Dimence

Begroting 2020

De cliëntenraad wilde al langer proactief betrokken worden bij de begroting. Hieraan is nu gehoor gegeven. De directie heeft begin juli om inbreng gevraagd. Het resultaat daarvan is een breed gedragen document dat in september met de directie zal worden besproken.

Jaarverslag BOPZ

Met de directie is het jaarverslag BOPZ besproken. Dit verslag is te vinden op: <https://www.dwangindezorg.nl/rechten/wetten/wet-bopz>. De cliëntenraad vindt het positief dat het aantal maatregelen binnen de organisatie terugloopt. Ook de transparantie van het document wordt gewaardeerd.

Belangrijke adressen

Centrale Cliëntenraad
centralecliëntenraad@dimencegroep.nl

**Adviesraad cliëntenbelangen
Maatschappelijke Dienstverlening
Jeugd GGZ/ de Kern/ Wijz Welzijn/
Welzijn Kampen**
adviesraad@dekern.nl

KlantMedezeggenschap Mindfit
kmm@mindfit.nl
Ondersteuner: Chris van Tongeren

Patiëntenraad Transfore
patientenraad@transfore.nl

Werving raadsleden
werving.cliëntenraden@dimencegroep.nl

Cliëntenraad Stichting Dimence
Bestaande uit:
beleidscommissie
beleidscommissie@dimence.nl
Ondersteuner: Agnes Meijerink
06 510 054 12

basiscommissie Almelo en omstreken
basiscommissiealmelo@dimence.nl
Ondersteuner: Agnes Meijerink
06 510 054 12

basiscommissie Deventer en omstreken
basiscommissiedeventer@dimence.nl
Ondersteuner: Marleen Huis in 't Veld
0570 639574

basiscommissie Topreferente GGZ
basiscommissietop@dimence.nl

Samenwerking

Het eerste halfjaar van 2019 hebben de basiscommissies Deventer en Topreferente GGZ gezamenlijk vergaderd, omdat laatstgenoemde te weinig raadsleden had om zelfstandig door te kunnen gaan. Inmiddels heeft basiscommissie Topreferente GGZ weer voldoende raadsleden en zijn gezamenlijke vergaderingen niet meer nodig. De raadsleden kijken zeer tevreden terug op de samenwerking van het afgelopen halfjaar en willen in de toekomst graag nauw blijven samenwerken.

Voorlichtingspool

Er komt een voorlichtingspool om cliënten die hun verhaal willen/kunnen vertellen hier een mogelijkheid voor te bieden. Zodra hier meer over bekend is, zullen wij dit melden.

Nieuwe mensen

De beleidscommissie bestaat uit afgevaardigden vanuit de basiscommissies (Zwolle, Deventer, Almelo en Topreferente GGZ). De beleidscommissie is blij dat zij steeds meer op sterkte komt, ook met mensen die helemaal 'nieuw' zijn m.b.t. het cliëntenraadswork en zo nieuwe en frisse ideeën inbrengen.

Balie Roelenweg

Basiscommissie Zwolle heeft uitvoerig gesproken met de teamleiding over de baliefunctie van de locatie aan

basiscommissie Zwolle en omstreken
basiscommissiezwolle@dimence.nl
Ondersteuner: Agnes Meijerink
06 510 054 12

Adviesraad Naasten
adviesraadnaasten@dimencegroep.nl

Algemeen
secretariaatclientmedezeggenschap@
dimencegroep.nl

de Burgemeester Roelenweg. De cliëntenraad krijgt namelijk nogal wat klachten over de privacy, die te wensen overlaat. Ook is de route in het gebouw niet voor iedereen even duidelijk. Afsproken is dat er in gezamenlijk overleg verbeteringen zullen worden gerealiseerd.

Slagboom Roelenweg

Ook heeft basiscommissie Zwolle geïnformeerd in hoeverre het logisch en wettelijk verantwoord is om bij de slagboom door te moeten geven met wie je een afspraak hebt. Navraag leert dat dit helemaal voldoet aan de (privacy)wetgeving.

Nieuwe leden

Basiscommissie Zwolle heeft weer een nieuw aspirant-lid mogen verwelkomen. Voor alle basiscommissies blijven aspirant-leden van harte welkom. Dus wil je meedenken, meedoen en/of meebeslissen; meld je dan aan via werving.clientenraden@dimencegroep.nl

Evaluatie en uitje

Basiscommissie Zwolle heeft het afgelopen jaar geëvalueerd. Ook werd er stilgestaan bij verbeterpunten, werd het jaarplan besproken en werden speerpunten bepaald. Aansluitend is er heerlijk gegeten. Dit alles vond plaats bij 'De Agnietenberg' in Zwolle.

Uitgelicht

Hoera!
www.tegekkewinkel.nl
is live!

Al sinds jaar en dag maken cliënten van Dimence in het kader van werkervaring en sociale participatie producten bij één van de Werk Leer Centra in Almelo, Deventer, Lettele of Nijverdal. Deze worden op de locaties zelf verkocht, waar mensen ze kunnen ophalen. Vanaf 20 mei zijn deze producten ook online te koop via Tegekkewinkel.nl en kunnen ze thuis worden bezorgd.

In de webshop is een grote variatie aan producten te vinden, van glazen schalen tot notitieblokjes van marmerpapier, van houten dienbladen tot woonkleden, kaarsen, knuffels en onderzetters. Stuk voor stuk uniek, handgemaakt en zoveel mogelijk duurzaam tot stand gekomen. Zie www.tegekkewinkel.nl

**TEGEKKE
WINKEL**

Zingeving voor mij



Laat ik, om te beginnen, mezelf even voorstellen. Ik ben John Peter Paus, 18 jaar en woon sinds 6 juni 2018 binnen Perspectief (Scholierstraat in Deventer). In ben cliënt bij Dimence en cliëntenraadslid. Oorspronkelijk kom ik uit Port-Au-Prince (Haïti). In mijn eerste jaar ben ik geadopteerd en naar Nederland gekomen, waar ik de eerste jaren in Almelo heb gewoond. Daarna ben ik met mijn moeder naar het mooie Nijverdal verhuisd, waar ik de rest van de jaren heb gewoond.

Nadat ik de middelbare school met goed gevolg had afgerond, ben ik bij de roc's gaan kijken voor mijn vervolgopleiding. Mijn keuze viel al snel op ROC Aventus in Deventer. Dit ook omdat ik in Deventer ging wonen. Nadat ik die keuze had gemaakt duurde het nog anderhalf tot twee maanden voordat ik groen licht kreeg voor mijn opname bij Perspectief.

Momenteel werk ik bij Albert Heijn B.V. als Medewerker Verkoop Afhandeling (caissière). Veel mensen vragen mij wel eens: 'Is dat nou echt leuk om de hele dag achter zo'n kassa te zitten en telkens hetzelfde te moeten doen en zeggen?' Het is inderdaad zo dat je veel zit en vaak hetzelfde doet, maar het werk is zoveel méér dan alleen zitten en scannen. Mijn werkzaamheden bestaan naast achter de kassa zitten uit: klantenvragen beantwoorden,

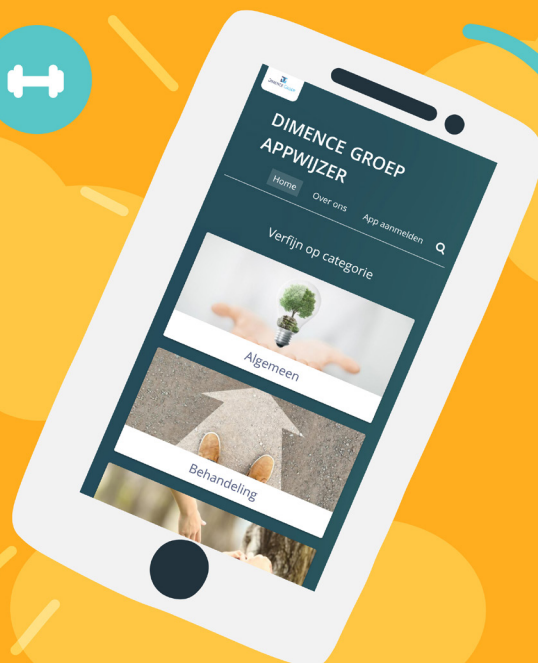
klantenorders plaatsen en taken rondom afdeling 'Verkoop Afhandeling' (kassa). Bovendien ben ik regelmatig op de winkelvloer te vinden, waar ik dan bij de afdeling 'Verkoop Klaar' (houdbaar/vulploeg) loop.

En wat is voor mij dan zingeving? Zingeving valt voor mij vooral te halen binnen Albert Heijn. De klant met een tevreden gezicht de winkel uit zien lopen, geeft mij een gevoel van voldoening en net weer dat extra zetje om door te gaan. Elke dag probeer ik het samen met mijn collega's nog gemakkelijker en leuker te maken voor de klanten. De klant net dat extra stukje service geven. Dat is waar ik naar streef! En dat is voor mij één van de mooiste en fijnste gevoelens van Zingeving!

John Peter Paus

Ontdek en deel op de Dimence Groep Appwijzer!

Artikel



Ben jij op de hoogte van allerlei apps om je leefstijl, gezondheid en welzijn te verbeteren? Een app om je dag te structureren, beter te slapen of bij stemmen in je hoofd. Neem eens een kijkje op de Dimence Groep Appwijzer en laat je verrassen!

Dimence Groep Appwijzer? Wat is dat dan?

Dimence Groep hoorde positieve geluiden van medewerkers en cliënten die gebruik maken van apps, ter ondersteuning van hun gezondheid en balans. Daarop besloot zij een overzicht te maken: De Dimence Groep Appwijzer. <https://appwijzer.dimencegroep.nl/>

De Dimence Groep Appwijzer is een overzicht van verschillende apps rond gezondheid en welzijn, per thema gerangschikt. De apps zijn met zorg geselecteerd, op basis van input van behandelaren en klanten. De getoonde apps zijn niet 'aanbevolen' door de Dimence Groep, maar bedoeld als service waar iedereen naar eigen inzicht gebruik van kan maken.

Schrijf je review

Daarnaast biedt de appwijzer de mogelijkheid om je review te posten, zodat ook anderen gemakkelijk hun keuze kunnen maken uit het aanbod. Heb je ervaring met één van de apps? Schrijf dan je review en help zo anderen om hun online tool te vinden.

Uitgelicht

Redactieleden gezocht!

Ter versterking van ons team zijn wij dringend op zoek naar nieuwe redactieleden. Kom kennismaken. Schrijfervaring en redactionele ervaring zijn niet noodzakelijk, wel enthousiasme en inzet.

Wat verwachten we van je?

- Actief bijdragen leveren voor het blad. Dit kunnen zelfgeschreven artikelen zijn of inbreng vanuit je netwerk
- Anderen enthousiasmeren om bijdragen te leveren
- Ideeën aandragen voor bladthema's en artikelen
- 4 keer per jaar redactievergadering bijwonen

Interesse? Neem contact op via clientsblad@dimencegroep.nl

Nieuwe kapitein op het schip!



Sinds enige tijd is de raad van bestuur versterkt met Marco Verheul. Voor veel mensen een nieuwe naam, voor de redactie van de Diverce een goede reden om hem te interviewen.

Marco, dank voor je toezegging om mee te werken aan dit interview. Wil je jezelf eerst even kort voorstellen?

Mijn naam is Marco Verheul. Ik ben getrouwd, vader van drie kinderen en ik ben sportief ingesteld. Skiën, volleyballen en hardlopen doe ik graag. Ik ben opgeleid als accountant en heb 19 jaar in de accountancy gewerkt en daarna zes jaar bij Zilveren Kruis. Voordat ik bij de Dimence Groep aan de slag ben gegaan, was ik zes jaar financieel directeur bij een grote zorgaanbieder in Amsterdam.

Waarom de Dimence Groep?

Dat heeft voor een belangrijk deel met mijn eigen ontwikkeling te maken. Ik ben zes jaar financieel verantwoordelijk geweest als directeur bij een grote organisatie en wilde mezelf graag verder ontwikkelen in mijn kennis en vaardigheden. Bij voorkeur om daadwerkelijk bestuurder te zijn bij een organisatie met een grote maatschappelijke impact. Eigenlijk al in mijn accountancyjaren vond ik de zorgbranche zeer interessant en uitdagend. Het is voor mij dan ook een echte eer om als bestuurder mede sturing te geven aan deze prachtige organisatie.

Wat is je takenpakket als bestuurder?

Deze organisatie heeft een geweldige traditie van complementair bestuur. Dat betekent dat je dus samen verantwoordelijk bent als raad van bestuur. Wel gaan we vanzelfsprekend met aandachtsgebieden werken. Deze zullen we na de zomer gaan communiceren.

Wat zijn de komende tijd de belangrijkste uitdagingen?

Om te beginnen, in de zorg is het nooit saai. Er komt de komende periode nogal wat op ons af. In het bijzonder denk ik dan aan een nieuw bekostigingssysteem (hoe vooral zorgverzekeraars ons betalen), nieuwe wetgeving (o.a. de Wet verplichte ggz) en natuurlijk de stijging van de zorgkosten waar wij ook onze verantwoordelijkheid in willen pakken om de juiste cliënt (klant, patiënt) op de juiste plek te krijgen.

Je bent nu een aantal maanden onderweg, is je al iets opgevallen?

Ten eerste de ongelofelijke werkspirit van iedereen die ik tegenkom. Mensen zetten zich daadwerkelijk met hart en ziel iedere dag in voor de cliënt (klant, patiënt) en werken dus ook heel hard. Vanuit mijn rol als bestuurder kan ik daarvoor alleen maar mijn petje afnemen en me inzetten om de randvoorwaarden zo goed mogelijk in te vullen. Want tenslotte is het de 'werkvloer' waar het gebeurt, iedere dag weer! Daarbij probeer ik mijn voelsprietten zo goed mogelijk in de organisatie te steken. Regelmatig ga ik op bezoek bij locaties en bij teams om echt te weten te komen wat er speelt.

Jasper Wagteveld

Gedachten op een fiets

Artikel



Mijn conditie is niet meer wat ie geweest is. En wat is dat zadel toch hard. Ik heb de laatste tijd veel te weinig gefietst en mijn maatje verwaarloosd. Mijn bijzondere maatje... want als het om 'zin' gaat hebben wij samen vaak een goed gesprek. Mijn fiets heeft namelijk een bijzondere naam. Zonder nu reclame te gaan maken voor het merk - zij doet het prima en is stevig maar toch niet al te zwaar - is de fiets me vooral dierbaar om de merknaam: Sensa. What's in a name, zou je zeggen.

Maar sinds ik de naam Sensa tegenkwam in een heel ander verband ben ik trots op mijn fiets. Stap ik er graag even op. Niet alleen voor een doelgerichte boodschap of om een uitgestippelde knooppuntroute te volgen, maar ook om te zwerven. Zo maar een ommetje te fietsen door het landschap, buiten te zijn en mijn gedachten de vrije loop te laten.

Het woord Sensa blijkt namelijk een oud Nederlands woord te zijn en zomaar verwantschap te hebben met

het woord ZIN! Mijn fiets nodigt mij als het ware uit: 'Kom, heb je zin om te gaan fietsen?' Zij herinnert me eraan dat ik er plezier aan beleef als ik zin heb gemaakt. Want soms gaat dat zo, moet ik me er eerst toe zetten. Maar ik weet dat ik me vitaler zal voelen en zal genieten.


Met m'n ZINtuigen maak ik contact met de omgeving. Als vanzelf kijk ik om me heen. Welke bloemen zie ik, bloeit de heide al? Het late licht betovert het land met een intense gloed. Ik herinner me de dichtregel van Willem Hussem die me aanspoort om met aandacht te kijken:

'Wanneer je kijkt
zie je nog niet
wanneer je ziet
grijpt het je aan'

Zo stemt de frisse geur na een regenbui me dankbaar en hoor ik de natuur als het ware opademen. Dat gebeurt ook met mij. Ik haal diep adem en laat de frisheid door me heen gaan.

En dan de wind.. die waait op allerlei manieren. Soms blaast ie me heerlijk in de rug en kost het fietsen geen enkele moeite. Maar ook een flinke tegenwind hoort erbij. Die kan me ook sterk maken omdat ik m'n conditie train. Die wind, die waait waarheen hij wil. Je weet niet waar die vandaan komt en waar die heengaat. Soms guur, soms warm en zacht. Een weerman zou het me





misschien uit kunnen leggen, maar dan nog... die oude gedachte fascineert.

De wind is ook een 'zinnebeeld'; hoe waait de wind in m'n eigen leven? Ga ik ertegenin? Laat ik mij meevoeren? Waar vind ik beschutting? Wat betekent het eigenlijk dat het zo stormt in mijn leven? Of dat het me voor de wind gaat? En waarheen brengt mij dat? Het zijn zomaar zinnige gedachten op zoek naar de waarde van levensgebeurtenissen, op zoek naar enige samenhang.

Op dat punt aangekomen brengt de naam van mijn fiets een goede oriëntatie.

Ik las dat het woord *Sensa* zoiets betekende als 'gaan, een richting nemen, een weg gaan'. Je niet af te vragen waarheen, maar vooral te gaan. Want als je gaat zul je merken dat er een weg is, of dat ie ontstaat. Op de fiets klinkt dat redelijk lichtzinnig!

Maar hoe is dat in confrontatie met psychisch ziekzijn? Wanneer het bestaan wankelt. Wanneer dat gevoelens van leegte, schuld of eenzaamheid met zich meebrengt? Wanneer er grote vragen zijn over wie je bent als mens. Er verbijstering is, of verdriet, angst, woede, machteloosheid en wanhoop. Wanneer het moeilijk is om de levenskracht en motivatie niet te verliezen.

Soms hoor ik in gesprekken dat er al vertellend en terugkijkend weer enige grip ontstaat. Er komt enig zicht en soms kan er als een puzzelstukje een plekje gezocht worden. Kan de crisis of de diagnose een onderdeel worden van de levensloop en kan er een beetje samenhang ontstaan. Soms is er het besef dat het gaat om een kwetsbaarheid in de familie, of dat er te veel gebeurde, er was chaos, dikke pech of toeval. En dat besef schept enige ruimte.

Misschien werkt het zo met zingeving, of beter nog: zinvinding. Zoals de lotgevallen van het bestaan ons vooral toevallen, zo vallen zinervaringen ook buiten ons bereik en zijn ze niet maakbaar. Maar misschien kan het verlangen naar samenhang en betekenis een beetje ruimte maken en aansporen om verder te gaan en een weg te vinden. Ruimte en openheid voor wat er niet is, maar wat een mens wel kan toevallen.

Tijdens een groepsgesprek las ik het volgende Zen-verhaal voor. En we besloten door tegen elkaar te zeggen: misschien... misschien.

Een geluk of een ongeluk? (Een verhaal uit China)

Op een dag rende het paard van een oude boer weg. Bij het horen van het nieuws kwamen zijn burens op bezoek:

'Wat een pech', zeiden ze meelevend.

'Misschien', antwoordde de oude boer.

De volgende ochtend kwam het paard terug, tezamen met drie andere wilde paarden.

'Wat een geluk!' riepen de burens.

'Misschien', antwoordde de oude man.

De volgende dag probeerde zijn zoon één van de ongetemde paarden te berijden, maar hij werd afgeworpen en brak zijn been.

De burens kwamen weer langs om hun sympathie voor zijn ongeluk uit te spreken en zeiden: 'Wat een pech'.

'Misschien', antwoordde de boer.

Een dag later kwamen de militaire functionarissen naar het dorp om jonge mannen te rekruteren voor het leger.

Toen ze zagen dat de zoon zijn been had gebroken, gingen ze aan hem voorbij.

De burens feliciteerden de boer met hoe alles steeds goed uitpakte.

'Misschien', zei de boer...

Berthilde van de Loosdrecht

Geestelijke verzorging?



Als een patiënt 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 van Dimence om te praten over wat hen 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:

Jasmijn van Buul

0570-639865

j.vanbuul@dimence.nl of

geestelijkeverzorging@dimence.nl

werkzaam op maandag, dinsdag, woensdag in Deventer



Kitty Nijboer

06 518 823 90

k.nijboer@dimence.nl of

geestelijkeverzorging@dimence.nl

werkzaam op dinsdag en donderdag
in Zwolle



Lydi de Bruin

06 515 589 75

l.debruin@dimence.nl of

geestelijkeverzorging@dimence.nl

werkzaam op maandag tot en met donderdag in Almelo,
Raalte en Deventer



Berthilde van
de Loosdrecht

038 46 91 095

b.vandeloosdrecht@dimencegroep.nl

geestelijkeverzorging@dimence.nl

werkzaam op dinsdag en donderdag
in Zwolle, Hardenberg en Kampen
Gespreksleider moreel beraad



'Ik durf veel bespreekbaar te maken'

Interview



Tien vragen aan Tineke de Jong na meer dan 20 jaar cliëntmedezeggenschap.

Haar termijn zit erop, maar haar drijfveer om als cliënt haar stem te laten horen is nog even groot. Of het nu gaat om het rookbeleid of het behoud van geestelijke verzorging, over voeding op de kliniek of ervaringsdeskundige inzet, Tineke pakt haar rol binnen de medezeggenschap al jaren met overtuiging op. Toch legt zij per 1 juli, na 23 jaar, haar functie binnen cliëntenraad Dimence in basiscommissie Deventer en de beleidscommissie en als vicevoorzitter van de Centrale Cliëntenraad Dimence Groep neer. 'Na drie termijnen stopt mijn taak, maar ik blijf op andere manieren aan de Dimence Groep verbonden.'

Aan de vooravond van haar vertrek stellen we Tineke 10 vragen. Ze geeft ons een mooi beeld van 23 jaar ontwikkeling in de ggz.

Wat was het begin van jouw rol binnen de cliëntmedezeggenschap?

Mijn eerste opname was in 1996, bij wat toen nog Adhesie heette. Ik ben allergisch voor rook en had last van de rook van anderen. Ik ben gewoon op de medewerkers afgestapt om dit aan te kaarten. Toen het onvoldoende werd opgepakt, ging ik een stapje verder en zocht ik contact met de cliëntenraad. Na een poosje vroegen ze mij in de raad te blijven. Zo is het begonnen. Nu, 23 jaar later, zijn we overigens nog druk met rookbeleid. Het is nog steeds onderwerp van gesprek.

Maar er zal toch veel wél veranderd zijn in de ggz? Neem ons eens mee naar die tijd van toen...

Tegenwoordig gebeurt veel meer in samenspraak met de cliënt. Je gaat akkoord met je eigen behandelplan en je evalueert tussentijds samen. Je bent zelf verantwoordelijk voor je herstel. Dat was vroeger echt anders. Ik verbleef lange tijd in een kliniek en alles werd voor me gedaan

en besloten. De professional wist wat goed voor je was. Ik was volkomen gehospitaliseerd toen ik weer thuis kwam; ik wist niet meer hoe ik dingen in mijn eigen huis moest doen. Achteraf gezien denk ik dat mijn strijd voor het rookbeleid daar ook mee te maken had. Ik voelde me onbegrepen, ik had geen grip meer op mijn eigen leven. Daarom legde ik de focus op iets buiten mezelf om invloed op te krijgen. Tot aan de directeur toe.

Zie je nog andere grote verschillen tussen vroeger en nu?

Tegenwoordig is een opname zo kort mogelijk. Als een intermezzo. Wel zou ik daarbij willen meegeven: wees duidelijk, zodat de cliënt weet wat hij kan verwachten en wat er van hem of haar wordt verwacht. Verder zijn er tegenwoordig teams als het IHT, die werken zelfs opnamevoorkomend. Ik heb daar ook gebruik van gemaakt. Zo kun je zo veel en zo lang mogelijk mee blijven doen. Dat is belangrijk. Nuttig zijn is belangrijk voor een mens.

Hoe kijk je aan tegen ervaringsdeskundige inzet?

Ik ben blij dat de Dimence Groep kiest voor een klimaat van openheid, zodat je bijvoorbeeld in vacatures ervaringsdeskundigheid kan noemen als extra competentie. Cliënten kunnen zeker baat hebben bij de inzet van ervaringskennis in hun behandeling.

Voel je je ook betrokken bij de Beweging van Overvloed?

De naam zegt niet iedereen iets, maar de gedachte is goed. Gebruik elkaars talenten en ga daarmee gerust buiten je eigen taakomschrijving. Dat is in ons werk heel belangrijk.

Kunnen we nog blijven genieten van jóúw talent bij Dimence Groep?

Ooit heb ik het initiatief genomen om op de maandelijkse introductiedag iets te vertellen over bejegening. Dat is nu vast onderdeel van het programma. Ik zag zo vaak onenigheid die voorkomen had kunnen worden. 'Verplaats je in de ander, erkēn de ander, zie elkaar als mens', dat is mijn boodschap. Herstel begint bij ervaren dat je als normaal mens gezien wordt.

Dat verhaal blijf ik vertellen op de introductiedag. Dat is mijn overvloed. En ook op minder goede dagen kom ik daarvoor naar Brinkgreven. Ik blijf trouwens ook kosten bij de zondagsdienst en word wandelcoach op Brinkgreven. Je zult me er dus nog vaak zien.

Hier spreekt nog zo veel passie en betrokkenheid uit. Was je bij de verschillende raden gebleven als je nog een termijn zou krijgen?

Dat weet ik niet zeker, want er zijn ook strubbelingen in dit werk en daar wil ik wel vanaf. Maar het mooie is dat je groots en afdelingsoverstijgend kunt meedenken, over collectieve belangen. Ik vind dat leuk om te doen en ik ben daar zelf ook van gegroeid. De deelname in de vele commissies en werkgroepen, dat ga ik echt missen.

Wat wil je je opvolger meegeven?

Bewaak je grenzen. Iedereen is wel eens moe na zijn werk, maar het mag je niet uitputten. Doe, probeer en ontdek jezelf.

Heb je ook een advies voor de Dimence Groep?

Tineke: 'Dat ze vertrouwen hebben in hun medewerkers, zodat deze minder administratieve lasten hebben. Zorg dat zij trots zijn op hun werk. Geef hen eigenaarschap, in welke functie of laag van de organisatie dan ook.'

Heb je zelf nog een wens voor je toekomst?

Ik zou graag voorlichting geven op bijvoorbeeld scholen, gemeenten of bij de politie. Bijvoorbeeld over wat je kan doen als iemand suïcidaal is. Hoe ga je daarmee om? Iemand kan zo eenzaam zijn met die gedachte en dan wordt het alleen maar groter. Ik durf veel bespreekbaar te maken. Het aantal suïcides neemt toe. Iedere suïcide die we kunnen voorkomen is er één.

Margriet van Griensven

Communicatieadviseur Dimence Groep

Verhalenwedstrijd

Schrijf jij graag verhalen? Dan is dit echt iets voor jou!

De Diverce organiseert 'de verhalenwedstrijd'. Laat je fantasie de vrije loop en verras ons met jouw verhaal. Het onderwerp mag je zelf bepalen. De limiet is 3000 woorden.

Het beste verhaal wordt in de Diverce gepubliceerd en er is een kleine attentie voor de winnaar.

Stuur je inzending naar: clienblad@dimencegroep.nl
De uiterste inzenddatum is 1 november 2019.

Heel veel succes gewenst aan alle deelnemers!

Uitgelicht

Zingeving.

Wat is de zin van het leven?



Met welk doel vindt deze gebeurtenis plaats?

Dat zijn grote vragen die vaak niet zomaar te beantwoorden zijn. En misschien zelfs nooit. Zin[gevings]vragen kom ik vaak tegen bij mijn werk als patiëntenvertrouwenspersoon (pvp). En meestal niet in de letterlijke 'zin' - daar heb je het weer - maar verpakt in een woord als 'waarom'.

'Waarom heb ik geen vrijheden?'. 'Waarom wil mijn behandelaar dat ik medicijnen slik?'. 'Waarom mag ik niet naar huis?'. 'Waarom luistert men niet als ik het niet eens ben met mijn diagnose?'. 'Waarom word ik naar huis gestuurd terwijl ik zelf vind dat ik daar nog helemaal niet aan toe ben?'

Een heleboel vragen die wachten op een antwoord. En heel vaak merk ik als pvp dat die vragen blijven steken in de hoofden van de mensen die ik spreek. En dat zij het lastig vinden om de vragen te stellen of er helemaal niet aan denken of te laat.

Mijn advies is altijd: vraag, vraag, vraag! Totdat je een duidelijk antwoord hebt. En laat dat desnoods op papier zetten als je dat prettig vindt. Natuurlijk kan het voorkomen dat je het niet met elkaar eens bent. Vraag dan aan de patiëntenvertrouwenspersoon wat je rechten zijn en of hij of zij je kan ondersteunen.

Linda Paay

Zin (geving)

Zin[geving]. Moeilijk onderwerp. Wat kan ik hier over schrijven?
Dat ik na en tijdens mijn gesprekken bij Dimence meer zin in het leven kreeg?
Dat ik af en toe iemand nodig heb om mee te praten over zin en onzin in mijn leven?

Ik heb zingeving nodig in mijn leven. Dat ik weet dat ik er toe doe. Dat ik de moeite waard ben. Communiceren, mensen ontmoeten is zo belangrijk in mijn leven. Geeft mijn leven zin.

Mensen helpen, zo nodig. Al is het maar boodschappen doen voor een ander. Weten dat mensen mij nodig hebben, soms...

Werken, elke middag. Het nuttig bezig zijn geeft zin, althans in mijn leven.

Marjolijn Brandse

Meer weten over uw patiënten rechten?



Voor vragen of klachten kunnen cliënten in de geestelijke gezondheidszorg terecht bij de Patiëntenvertrouwenspersoon (pvp). De pvp verleent cliënten advies en bijstand bij de handhaving van hun rechten. Hij of zij kent de interne en externe klachtwegen. Pvp'en zijn onafhankelijk van de instelling waar zij werken. Ze zijn in dienst van de Stichting PVP in Utrecht en werken volgens gedragsregels

De pvp behartigt de belangen van een cliënt zoals deze die zelf ziet en doet niets zonder toestemming van de cliënt. 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

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



Winfried Raaphorst
Transfore
06 524 122 08
w.raaphorst@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



Digitaal bij Dimence

Interview



Sinds begin april is er een digitaal team aan het werk binnen Dimence. Voor de redactie aanleiding om in gesprek te gaan met Iris Reijnen (stafadviseur) en Marieke Röring (Sociaal Psychiatrisch Verpleegkundige) om te horen hoe de spreekwoordelijke vork in de spreekwoordelijke steel zit.

Iris en Marieke, dank voor jullie medewerking aan dit artikel. Kunnen jullie, om te beginnen, iets vertellen over de totstandkoming van het digitale team?

In september 2018 zijn de voorbereidingen gestart voor de opzet van een digitaal team dat volledig online behandelingen aanbiedt. In april 2019 zijn we daadwerkelijk gestart met de behandeling van patiënten. De eerste ervaringen zijn positief. Vanzelfsprekend zijn we kleinschalig gestart, dus hebben we nog geen concrete bevindingen van cliënten. Er zijn proefcliënten ingezet om de kinderziektes uit de onlinebehandeling te halen. Er is een verwijzing nodig van de huisarts om te starten binnen het digitaal team. Eigenlijk hetzelfde als een reguliere behandeling. Op dit moment werken er nog geen ervaringsdeskundigen binnen het team. Binnen de opstartfase heeft wel een bijzonder gewaardeerd lid van de cliëntmedezeggenschap meegedacht. Dus het digitale team is een resultaat van co-creatie.

Maar wat houdt een volledig digitale behandeling in?

Het digitale team biedt een intensief, multidisciplinair behandeltraject van maximaal negen maanden aan, waarbij verschillende digitale middelen worden gebruikt, zoals Minddistrict (digitale modules), mailen en beeldbellen. Onze wens is om een relatief korte en intensieve behandeling te bieden, waarin snel

voortgang wordt geboekt. Met andere woorden, het digitale team gaat patiënten dus niet zoals nu nog vaak gebeurt face to face op kantoor zien, maar alleen aan de hand van digitale middelen.

Wie werken er op dit moment in het digitaal team?

Zes mensen; twee sociaal psychiatrisch verpleegkundigen (SPV), een GZ-psycholoog, een klinisch psycholoog, een verpleegkundig specialist en een psychiater. Verder hebben we zojuist enkele mensen aangenomen om ons team te komen versterken. De bedoeling is dat er altijd iemand bereikbaar is voor cliënten.

Voor wie is het digitale team?

In principe voor iedereen die nu behandeld wordt in de teams van de divisie specialistische diagnostiek en behandeling, zoals: Team Angst en Stemming, Persoonlijkheidsproblematiek en Team Ontwikkelingsstoornissen. We richten ons op dit moment niet op ouderen, mensen met een FACT-indicatie en mensen die of in crisis zijn of een hoge crisisgevoeligheid hebben. Ook is het belangrijk dat mensen wel basiscomputervaardigheden hebben. Behandeling door het digitale team duurt 6 tot 9 maanden, waarna mensen of klaar zijn of worden doorverwezen richting een andere behandeling.



Hoe ziet de behandeling bij het digitale team eruit?

1. De behandeling is volledig digitaal (laptop, smartphone).
2. De patiënt kan elk moment werken aan zijn herstel.
3. Dit doen we via het digitale platform Minddistrict (zowel modules als beveiligde mail- en chatfunctie).
4. Daarnaast is het mogelijk een e-consult in te plannen (beeldbellen).
5. Bij de behandeling zijn verschillende hulpverleners betrokken. Een variatie van vier hulpverleners, namelijk een klinisch psycholoog, een GZ-psycholoog, een verpleegkundig specialist en een sociaal psychiatrisch verpleegkundige.
6. Ook kan een psychiater betrokken worden, afhankelijk van de klachten en het behandelplan.
7. De patiënt heeft met alle behandelaren contact, zodat we op het juiste moment de juiste expertise in kunnen zetten. Dit zorgt er ook voor dat we de patiënt sneller en vaker kunnen spreken of een reactie kunnen geven en dat de behandeling niet stilstaat als een behandelaar op vakantie is.
8. Wij verwachten dat de patiënt minstens eenmaal per week een opdracht instuurt, zodat we snel kunnen reageren en er sprake is van een intensieve behandeling.
9. Evaluatiemomenten vinden om de drie maanden plaats. We vinden het belangrijk de voortgang van de behandeling goed in de gaten te kunnen houden, zodat we snel bij kunnen sturen wanneer dit nodig is.
10. Gedurende de behandeling krijgt de patiënt via de mail wekelijks het verzoek om een vragenlijst in te vullen. Bij de evaluatiemomenten (eens per drie maanden) komen hier enkele vragenlijsten bij.

Jasper Wagteveld en Twan Wolfst



Zin

Vaak denk ik na over de zin van mijn/ het leven.
Al denkende ben ik tot de conclusie gekomen,
Dat alleen ikzelf de zin van mijn leven ben.
Omdat ik besta heeft mijn leven zin.

Dit houdt in, dat alleen ikzelf mijn leven met zinvolle dingen kan vullen.
Ik merk dat het in donkere tijden moeilijk kan zijn, dit te ervaren.
Als ik psychotisch ben, ontgaat me de zin van het leven.
Ik denk dat het goed is om zin aan het leven te geven.

Voor mezelf is het in ieder geval heel belangrijk.
Want als je het leven géen zin geeft, waarom ben je hier dan?
Niet dat ik er iedere dag mee bezig ben,
Maar ik vind het wel plezierig om me
regelmatig te vragen hoe ik naar mijn leven kijk.

Paulien Bakker

Afscheid

coach/ondersteuner

Nelly van Dijk

Artikel



Na ruim 9 jaar gewerkt te hebben voor verschillende onderdelen van de Dimence Groep werd het voor mij tijd om afscheid te nemen en een nieuwe weg in te slaan. Per 1 juli ben ik weer aan de slag gegaan als maatschappelijk werker (mijn achtergrond) bij een andere organisatie. Een nieuwe uitdaging waar ik met veel plezier naar uit heb uitgekeken.

In 2010 ben ik begonnen als coach/ondersteuner voor de toenmalige Divisieraad Maatschappelijke Dienstverlening de Kern en cliëntenraad West Overijssel Dimence. In de loop van de jaren is er met name bij de cliëntenraad van de Kern veel veranderd en is het uitgegroeid tot een volwaardige gesprekspartner voor de organisatie als Adviesraad Cliëntenbelangen de Kern, Jeugd GGZ, WijZ Welzijn en Welzijn Kampen. Een raad waar ik trots op ben hoe deze zich ontwikkeld heeft.

Ook bij de cliëntenraad West Overijssel Dimence, die enige jaren geleden is overgegaan in cliëntenraad Dimence, basiscommissie Zwolle en omstreken, heb ik met veel plezier gewerkt. Deze raad heeft veel mooie dingen bereikt, waaronder het mee mogen nemen van gecertificeerde hulphonden naar alle locaties.

Omdat het goed is om te rouleren als je ergens langer werkt, heb ik de afgelopen jaren ook in andere commissies/raden van Dimence gewerkt alsmede de Centrale Cliëntenraad van de Dimence Groep.

Overal heb ik geprobeerd om met mijn enthousiasme, optimisme en volhardendheid cliëntenraadsleden te coachen in hun taak m.b.t. cliëntmedezeggenschap. Door mijn eigen ervaringsdeskundigheid kon ik vaak goed contact leggen met de raadsleden en een goede band opbouwen.

Voor de toekomst wens ik de raden toe dat er meer harmonie is onderling, dat de raden meer kunnen delen met elkaar en samenwerken.

Naar mijn mening is het voor een goede cliëntmedezeggenschap erg belangrijk om als een groep met elkaar op te trekken en met elkaar te delen. Acties te ondernemen vanuit een groep en geen individuele acties zonder afstemming vooraf. Samen sta je sterker!

Het is mij niet meer gelukt om voor mijn vertrek van iedereen afscheid te nemen met wie ik heb samengewerkt. Hierbij wil ik nogmaals allen bedanken voor de mooie momenten en de fijne samenwerking die er is geweest.

Hartelijke groet,

Nelly

Koken met Jaap

Tagliatelle met Zalm en Spinazie

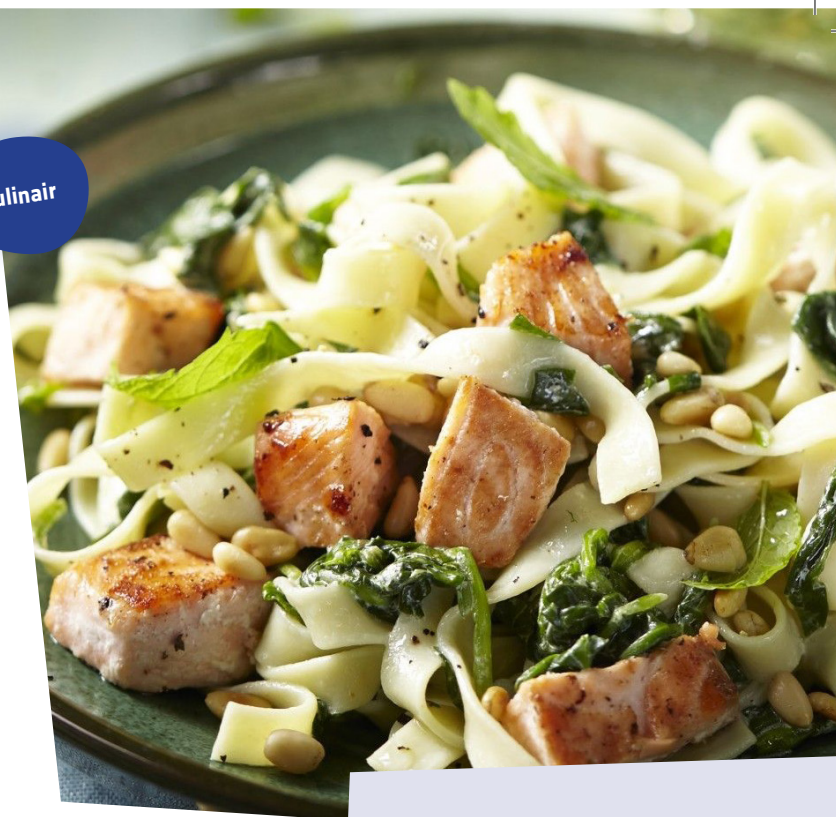
Dit keer een recept dat ik onlangs in Duitsland bij een Italiaans restaurant heb gegeten.

Bereidingswijze:

Kook de tagliatelle zoals aangegeven staat op de verpakking. Doe ondertussen wat olie in een wok en laat dit heet worden. Fruit de sjalotjes en de knoflook in de olie. Voeg de champignons en de Italiaanse kruiden (naar smaak) toe en roer 3 minuten goed door. Voeg de zalmblokjes toe en laat ze in 3 minuten goed gaar worden (regelmatig doorroeren). Voeg de spinazie toe en laat dit slinken. Als laatste de room erdoor roeren. En daarna de uitgelekte tagliatelle er voorzichtig doorheen mengen. Voor de gezonde bite, zou ik er een tomaat in stukjes bij doen.

Ik hoop dat het mag smaken.
Tot de volgende koken met Jaap!

Jaap Kolk



Ingrediënten voor 2 personen

- 3 à 4 bolletjes tagliatelle
- 300 gram verse zalmfilet, in blokjes gesneden
- 300 gram verse spinazie, gewassen
- 1 knoflookteentje, zeer fijngehakt
- 3 sjalotjes, fijngehakt
- 150 gram champignons, fijngesneden
- 100 ml kookroom
- Italiaanse kruiden

Sudoku

De Sudoku vijfing bestaat uit vijf sudoku's waarvan enkele blokken elkaar overlappen. Vul de Sudoku vijfing zo in, dat elke rij, elke kolom en elk blok van 3x3 vakjes de cijfers 1 tot en met 9 één keer voorkomen.

6		5				1		
		4	7		8			9
2	9		3			5		
	7	2		3				6
			4		2		9	
	5			7		3		
1		6			3			
				2				
	2		1					

		7				5		8
5			8		3	1		
		6			5		7	2
8				2		4	6	
	5		9		6			
		1		8			9	
					6			2
						9		
							8	
								1

		3			1		9			7
			1						3	
		9			3		2			6

	4		1							
				2						
1		2			5				2	8
	6			8		9				
			5		3		1			
	1	8		4					6	
7	5		8			3				
		1	6		2				5	
8		4				6				

								8		6
							9			
						2		1		
			3		7				7	
									2	9
	8		3		4					8
									3	2
5					1					
			8			2			3	7
2			9		7	8				
		6						5		2



Nuttige adressen

Angst Dwang en Fobie stichting (ADF-stichting)

Hoofdstraat 122, 3972 LD Driebergen, Informatielijn
0900 2008 711 (€ 0,35 p.m.).

E-mail: info@adfstichting.nl

www.adfstichting.nl. Landelijke patiëntenvereniging die zich inzet voor mensen met angst- en dwangklachten.

Anoiksis, vereniging voor mensen met schizofrenie

UMC Utrecht, locatie AZU t.a.v. huispostnummer A.01.126, Postbus 85500, 3508 GA Utrecht. 088 755 6368. www.anoiksis.nl. Een vereniging voor en door mensen met psychosegevoeligheid. Hierbij passen o.a. de medische diagnoses schizofrenie en schizo affectieve stoornis. De vereniging behartigt hun belangen, biedt voorlichting en organiseert lotgenotencontact.

Balans

Weltevreden 4a, 3731 AL Bilthoven, 030 2255 050. Advies en informatietelefoon: 0900 2020 065 (€ 0,25 per minuut) www.balansdigitaal.nl. Landelijke vereniging met informatie, advies en training/workshops over ontwikkelingsstoornissen zoals ADHD, DCD, MCDD, dyslexie, dyscalculie en autismespectrum.

Impuls en woordblind

Postbus 1058, 3860 BB Nijkerk, 033 247 34 84, www.impulsenwoordblind.nl.

Een belangenvereniging voor mensen met ADHD, ADD, dyslexie en dyscalculie en hun verwanten.

Landelijke stichting familie Vertrouwenpersonen (lsfvp)

Maliebaan 87, 3581 CG Utrecht, Advies en hulplijn familie in de ggz: 0900 - 333 22 22 (10 ct/min).

E-mail: familieindeggz@lsfvp.nl. www.lsfvp.nl.

Heeft uw partner, kind, ouder, broer, zus of vriend een psychiatrische stoornis?

De familie vertrouwenspersoon luistert naar uw kant van het verhaal. Hij wijst u de weg in de geestelijke gezondheidszorg (ggz) en geeft antwoord op uw vragen over stoornis en behandeling.

MIND Landelijk Platform Psychische Gezondheid

Stationsplein 125, 3818 LE Amersfoort, 033-3032400.

E-mail: info@wijzijnmind.nl. Website: www.wijzijnmind.nl.

www.wijzijnmind.nl.

MIND Landelijk Platform GGz is de koepel van, voor en door cliënten- en familieorganisaties in de ggz.

MIND Korrelatie

Stationsplein 125, 3818 LE Amersfoort, 033- 4220100.

Hulp- en advieslijn: 0900-1450 (€ 0,15/min),

bereikbaar op werkdagen van 9.00 – 18.00 uur.

E-mail: vraag@korrelatie.nl. Website: www.mind@korrelatie.nl

Mind Korrelatie biedt anonieme, professionele, psychische en psychosociale hulp aan iedereen die hierom vraagt.

Nederlandse Patiëntenvereniging (NPV)

Postbus 178, 3900 JD Veenendaal, 0318 547 888, www.npvzorg.nl.

Christelijke belangenorganisatie voor alle gebruikers in de (geestelijke) gezondheidszorg.

Nederlandse Vereniging voor Autisme (NVA)

Weltevreden 4a, 3731 AL De Bilt, 030 229 9800, Informatie- en advieslijn 0900-28 84 763.

E-mail: info@autisme.nl www.autisme.nl.

De NVA is de vereniging die zich inzet voor de belangen van mensen met autisme en hun naasten in alle levensfasen en op alle levensterreinen. Onder autisme verstaan we het brede spectrum van autismespectrumstoornissen, waaronder Asperger, PDD-NOS en McDD.

Pandora Depressielijn

0900 - 6120909 (€0,05 pm) ma t/m do van 13.30 tot 15.30 uur en 19.00 tot 21.00 uur.

Ben je depressief en wil je praten met mensen die precies begrijpen hoe dat is? Je kunt bij ons terecht met vragen over wat je kunt doen, over de behandeling, omgaan met je familie enzovoorts. Ook

kun je gewoon bellen om je hart te luchten of voor een steuntje in de rug.

Patiëntenfederatie Nederland (voorheen NPCF)

Piet van Dommelenhuis, Churchillaan 11, 6e etage, 3527 GV Utrecht, 030-2970303.

E-mail: info@patientenfederatie.nl. Website: www.patientenfederatie.nl.

Patiëntenfederatie Nederland komt op voor alle mensen die zorg nodig hebben. Zij laat de stem van patiënten horen in de spreekkamer, in de politiek, bij de zorgverzekeraar en in het nieuws.

PAS Personen uit het Autisme Spectrum

Postbus 592, 3430 AN Nieuwegein, 030 7113 591,

E-mail: secretaris@pasnederland.nl.

Website: www.pasnederland.nl.

Doelgroep van PAS is de groep begaafde (hogerfunctionerende) volwassenen met een AutismeSpectrumStoornis of een vermoeden hiertoe. Doelstelling van PAS zijn: Belangenbehartiging, informatievoorziening, deskundigheidsbevordering, lotgenotencontact en het bevorderen van de communicatie tussen mensen met autisme onderling en niet-autisten.

Stichting Borderline

Oudegracht 36, 3511 AP Utrecht, Lotgenoten: 030 276 7072, maandag, woensdag en vrijdag van 10.30 tot 14.30.

E-mail: stichting@stichtingborderline.nl. Website: www.stichtingborderline.nl.

Stichting Borderline is het adres voor lotgenoten en advies, maar ook voor meer informatie over Borderline en verschillende behandelingsmethoden.

Stichting Focus GGz-Voorlichtingspool

Zerboltstraat 63, 8022 RW Zwolle, 038-4525802,

E-mail: ggz-voorlichtingspool@focuszwolle.nl.

Website: www.focuszwolle.nl.

Stichting Focus is er voor iedereen die meer wil weten over leven met een psychiatrische aandoening en/ of verslaving en de gevolgen daarvan voor het eigen leven en op de omgeving.

Stichting Labyrint In Perspectief

Stationsplein 125, 3818 LE Amersfoort, 033-3032355.

Hulplijn: 0900-2546674.

E-mail: secretariaat@labyrint-in-perspectief.nl.

Website: www.labyrint-in-perspectief.nl.

Labyrint In Perspectief zet zich in voor familie en vrienden van mensen met psychische of psychiatrische problemen.

Stichting Patiëntenvertrouwenspersoon GGZ (PVP)

Informatielijn: 0900 4448 888 (gebruikelijke belkosten). E-mail: helpdesk@pvp.nl. Website: www.pvp.nl.

De Stichting PVP zorgt voor professionele ondersteuning van cliënten in de ggz bij het realiseren en handhaven van hun rechten.

Stichting Cliëntenbond GGZ Deventer e.o.

Bezoekadres: Lange Zandstraat 15, 7415 CD Deventer, 0570 608830. Een vereniging van/voor en door (ex) cliënten van de GGZ.

Openingstijden: Zondag van 14.00 -16.00 uur.

Vereniging Manisch Depressieven en Betrokkenen (VMDB)

Stationsplein 125, 3818 LE Amersfoort, 033-3032350.

E-mail: bureau@vmdb.nl. Website: www.vmdb.nl.

Vereniging die zich inzet voor mensen met een bipolaire stoornis (ook wel manisch-depressieve stoornis) en hun directbetrokkenen.

Vereniging Ypsilon

Daendelstraat 57, 2595 XT Den Haag. Adviesdienst:

088 0002 120, E-mail: adviesdienst@ypsilon.org.

Website: www.ypsilon.org.

Vereniging van familieleden en naasten van mensen met een verhoogde kwetsbaarheid voor psychose. Behartigt de belangen van familie en patiënt, geeft voorlichting en informatie en organiseert lotgenotencontact.

Vriendendiensten Deventer

Lange Zandstraat 15, 7412 CD Deventer 0570-613747, info@vriendendienstendeventer.nl.

Website: www.vriendendienstendeventer.nl.

Professionele medewerkers, en waar mogelijk

(ervaringsdeskundige) vrijwilligers, bieden informatie, advies en/ of praktische hulp op het gebied van geestelijke gezondheidszorg.

(Ex) cliënten, begeleiders, verwijzers, familie, vrienden, studenten en andere belangstellenden kunnen hier kosteloos terecht voor cliëntondersteuning. Er is geen indicatie nodig. Werkgebied: gemeenten Deventer, Olst-Wijhe en Raalte.

Weet

Vereniging rond eetstoornissen (voorheen Stichting Anorexia en Boulimia Nervosa)
088-01858888. E-mail: info@weet.info. Website: www.weet.info.

Weet is een organisatie die mensen samenbrengt en zorgt dat mensen met een eetstoornis zelf invulling geven aan een fijn leven.

Zelfregiecentrum Deventer

Lange Zandstraat 15, 7412 CD Deventer 0570-613747, info@vriendendienstendeventer.nl.

Website: www.vriendendienstendeventer.nl.

Een open centrum waar je welkom bent voor inloop en activiteiten. Hiervoor is geen indicatie nodig en betaal je dus geen eigen bijdrage.

Openingstijden: maandag t/m donderdag 8.30 -16.00 uur.

Zelfregiecentrum Raalte

Kerkstraat 13, 8102 EA Raalte 06-44397861, info@vriendendienstendeventer.nl.

Website: www.vriendendienstendeventer.nl.

Een open centrum waar je welkom bent voor inloop en activiteiten. Hiervoor is geen indicatie nodig en betaal je dus geen eigen bijdrage.

Openingstijden: maandag en woensdag 9.00 -16.00 uur.

Rectificatie

In de vorige Diverce is een onjuiste naam van de inzender van onderstaand artikel vermeld. Het artikel wordt nogmaals, voorzien van de juiste naam, geplaatst.

Overvloed is er in Nederland, op allerlei gebied. Ik was net in de supermarkt. Ik bedoel maar. Bij grote aankopen wil ik nog wel eens denken 'Waarom niet de keuze uit drie?' Met dwang heb ik ook last van overvloed. Een overvloed aan ongewenste gedachten. Met een te snelle schildklierwerking een overvloed aan activiteiten. Is ergens ook wel handig hoor, veel dingen doen achter elkaar door. Soms denk ik dat mijn hoofd uit elkaar zal spatten van al die overvloed. Maar er is natuurlijk ook een positieve overvloed. Wat dacht u van een overvloed aan liefde en vriendschap?

Marjolijn Brandse



Kom jij op voor je mede-cliënt?

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 of 06 - 2247 9062

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



Clïëntenraden