



Juli 2023

# Nieuwsbrief

## Adviesraad Naasten

**Beste lezer,**

**Nu de vakanties beginnen, willen wij nog enkele nieuwtjes met je delen.**

**De leden van de Adviesraad Naasten zijn erg actief geweest het afgelopen half jaar. Het hoogtepunt voor ons was de contactdag voor familie- en naastenraden van andere ggz-instellingen in Noord-Oost Nederland. Verderop in de nieuwsbrief lees je daar meer over. Verleden jaar hebben we de Roos van Elisabeth gewonnen. Daar hoort een kunstwerk bij. Dat heeft in april een plek gekregen in de Westerdok in Almelo tijdens een officieel moment.**

### Contactdag voor andere raden uit de regio

Zaterdag 18 maart was het zo ver. In de Steerne op Brinkgreven in Deventer vond de allereerste regionale contactdag voor familie- en naastenraden van ggz-instellingen plaats.

Het programma van de dag was goed voorbereid. Monique Sleiderink, presentator bij RTV Oost en communicatiedeskundige was dagvoorzitter. Daarnaast gaf ze een boeiende, interactieve workshop.

Communicatie in al haar facetten kwam aan de orde en de deelnemers konden pitchten (een pakkende presentatie van één minuut). Na de middag vertelde Alie Weerman, lector ggz van Hogeschool Windesheim, over het project 'Drie kunnen meer dan één'. Dit project heeft betrekking op (het verbeteren van) het werken in de driehoek van cliënt, naaste en hulpverlener. René Bolhuis sloot de dag af. Hij deed een ontroerend mooi verhaal over zijn ervaringen als naaste van zijn broer, die al jaren in zorg is bij Dimence.



Na een drankje en een hapje keerden de bezoekers met een goodiebag huiswaarts. Dat tasje was gevuld met het plantje Oxalis Triangularis. De blaadjes van dat plantje zijn verwerkt in het logo van de Adviesraad Naasten omdat ze vanwege hun driehoekige vorm, het werken in de triade symboliseren. Daarnaast namen de aanwezigen kennis, inspiratie en ideeën mee. De aandacht voor naasten moet meer ingesleten raken en in het DNA van zorgverleners komen om zo de zorg voor cliënten én hun naasten te verbeteren. We kijken terug op een zeer geslaagde dag die ongetwijfeld een vervolg krijgt.

### Naastendag op 16 februari

"Heel herkenbaar" en "een mooie manier om het over de relatie tussen naasten, cliënten en behandelaren te hebben". Dit zijn een paar opmerkingen naar aanleiding van de Naastendag voor medewerkers van Dimence en Transfore. Collega's die betrokken zijn bij het naastenbeleid samen met Hogeschool Windesheim uit Zwolle organiseerden deze middag. Aanleiding was de oplevering het project 'Drie kunnen meer dan één'. Een project over de relatie in de driehoek cliënt - naaste - behandelaar. Een belangrijke conclusie was, dat **mensen wel vaak iets denken, maar het niet zeggen**. Dat was dan ook het thema van de dag: 'Wat je wel denkt, maar niet zegt!'

Na de presentatie van Windesheim vertelde Seval Sonmez, lid van de Adviesraad Naasten, over haar ervaringen als naaste. Seval is naaste van haar broer, die al lang op Tollerink woont. Ook Seval ervaart, na vele jaren, dat ook zij nog wel eens dingen denkt, maar niet zegt. Haar ervaring is dat het soms helpen is en het de relatie nieuw leven in kan blazen, wanneer je dat wel doet. De aanwezigen oefenden vervolgens met verschillende vragen van 'Over de streep': *"Stap over de streep als je wel door iemand in een hokje gestopt bent..."*, *"Als je naar je intuïtie geluisterd hebt en ernaar hebt gehandeld..."* en *"Als je wel eens op je blote voeten door het gras loopt..."*

Drie acteurs speelden vervolgens twee scènes over een gesprek tussen een cliënt, een naaste en een behandelaar. Eén scène dat de cliënt net is opgenomen op de HIC (High Intensive Care) en een scène waar een IHT-behandelaar (Intensive Home Treatment) thuis kwam bij de cliënt. Eén van de spelers zette de scène meerdere keren stil om aan de aanwezigen te vragen: "wat zou de cliënt of naaste nu denken, maar niet zeggen?"

De aanwezigen konden ook meespelen, dat leidde tot verrassende wendingen in de gesprekken. Het was een heel mooi, interessant en verrassend onderdeel van de dag met vele ontdekkingen.

Vanuit het project 'Drie kunnen meer dan één' zijn er posters en kaarten gemaakt. Centraal thema is 'wat je wel denkt maar niet zegt'. Die kaarten zijn te versturen als boodschap naar iemand. De bijeenkomst is gefilmd. De opnames van de scènes gebruiken we als leermiddel voor de verschillende teams.



### Ophangen kunstwerk Roos van Elisabeth

In april was de feestelijke onthulling van het kunstwerk en foto van de Adviesraad Naasten in de locatie Westerdok in Almelo. Naast de mooie plantenwand is een plek gevonden. Bas van Wel, directeur Zorg Dimence, hield een warme toespraak. Bas keek onder andere terug naar wat de Adviesraad Naasten al heeft bereikt en de ambitie van de raad om nog meer voor de naasten te kunnen betekenen. Anqueliën Visser deelde een verhaal over een persoonlijke ontmoeting met een naaste. Deze dame gaf aan dat zij jaren alleen oog had voor het regelen van zorg voor haar naaste. Nu had ze ruimte om als naaste gezien en gehoord te worden. "Dat is mooi, zo iets en dat is waarom ik in de Adviesraad Naasten zit", aldus Anqueliën.

Samen met medelid Lieke Knook onthulde ze het kunstwerk.



### Naastenavond groot succes!

Op 8 juni was de naastenavond in Almelo onder leiding van onze Familie-ervaringsdeskundige (FED) Ilona Smit en Lieke Knook (lid van de Adviesraad Naasten). Ook waren Inge Lucas (ervaringsdeskundige), en Mantelzorg Almelo aanwezig om vragen van de aanwezigen te beantwoorden.

Er waren 25 naasten aanwezig en afgevaardigden van verschillende mantelzorgorganisaties. Voorgaande edities van de naastenavonden waren digitaal en ook de komende naastenavonden zullen digitaal zijn. Aan deze 'fysieke' naastenavond was een thema gekoppeld 'naasten stellen'. Mede door het thema was gekozen voor een fysieke ontmoeting. Ilona en Lieke benadrukten het belang van grenzen stellen, waarbij ze vertelden dat het oké is om te zeggen: "Stop, ik ga kijken waar ik hulp voor mezelf kan inschakelen." Mantelzorg Almelo gaf uitleg over de rol van een mantelzorgorganisatie bij het ondersteunen van naasten (mantelzorgers).

Aanwezigen gaven aan dat het fijn was elkaar echt te kunnen ontmoeten en keerden met bruikbare tips, erkenning en herkenning huiswaarts. Het een fijne en goede avond en er wordt nagedacht over een vervolg.

In het najaar wordt er een vergelijkbare avond georganiseerd in samenwerking met mantelzorg Carinova. Het thema van deze avond is 'Zelfzorg'. Deze avond vindt **niet** op het Westerdok plaats, informatie over de avond en de exacte locatie volgt.

In de aanloop naar deze avond zal de familie-ervaringsdeskundige een podcast opnemen. Hierover volgt later ook meer informatie.

Als je nog vragen hebt over deze avond of toekomstige bijeenkomsten, aarzel dan niet om contact op te nemen met de organisatoren [naastenavond@dimence.nl](mailto:naastenavond@dimence.nl) of kijk op de website [www.dimence.nl/naastenavond](http://www.dimence.nl/naastenavond). Hier staat ook meer informatie over hoe je je kan aanmelden voor de fysieke of online naastenavonden.

### Steunpunt Mantelzorg

Hieronder een bijdrage van een mantelzorgconsulent uit Zwolle. "Iedere burger kan bij een mantelzorgorganisatie in zijn of haar gemeente terecht. Dit om steun te vinden voor mantelzorg in de ggz. Ga op zoek naar hulp als de zorg voor uw naaste veel vraagt. De mantelzorgconsulenten zijn er voor u!"

Onlangs heeft Anja Holtkamp, mantelzorgconsulent van ZwolleDoet!, contact gezocht met Anqueliën Visser van de Adviesraad naasten. Bij die ontmoeting steunpunt Mantelzorg van ZwolleDoet! aanvullend op elkaar werken.

Naasten van mensen met een psychische kwetsbaarheid kunnen bij ZwolleDoet! terecht voor ondersteuning op meerdere gebieden. Deze ondersteuning wordt **individueel** geboden. Vraag hulp als de belasting voor de naaste te groot dreigt te worden of u vragen heeft rondom regelingen en voorzieningen. Wanneer u behoefte heeft aan een luisterend oor van een onafhankelijke ondersteuner, kunt u ook bij het steunpunt terecht.

Daarnaast is er ook **collectieve** ondersteuning. Dit vindt er bijvoorbeeld maandelijks een lotgenotenbijeenkomst plaats voor naasten van mensen met een psychische kwetsbaarheid. ZwolleDoet! organiseert ook trainingen of bijeenkomsten. Het doel is de naaste te informeren en handvatten te geven om de rol van naaste goed te kunnen (blijven) uitoefenen zonder er zelf aan onder door te gaan.

Het samenkomen met andere naasten biedt veel mensen herkenning of erkenning waardoor ze zich realiseren dat ze niet de enige zijn die tegen problemen aanlopen.

Het is prettig om met anderen de verhalen te kunnen delen.

ZwolleDoet! biedt niet alleen ondersteuning aan volwassenen, ook aan kinderen die mantelzorg zijn voor een broertje/zusje of één van de ouders binnen het gezin.

Het aanbod van ZwolleDoet! Is kosteloos. Dat geldt zowel voor de individuele gesprekken met een consulent of mantelzorgmakelaar, én ook voor de bijeenkomsten/trainingen.

### Steunpunt Informele Zorg

Dit Steunpunt voor Informele Zorg van ZwolleDoet! koppelt ook maatjes aan mensen met een psychische kwetsbaarheid. Dit zijn Plusmaatjes. Zij zijn er voor iemand met bijvoorbeeld autisme, angstklachten of depressies. Een Plusmaatje bouwt een vertrouwensband op, onderneemt leuke dingen en werkt soms aan een afgebakend doel, zoals samen naar buiten gaan, mensen leren vertrouwen, toewerken naar deelname aan een groepsactiviteit.

**Contact**  
Dit Steunpunt voor Informele Zorg van ZwolleDoet! koppelt ook maatjes aan mensen met een psychische kwetsbaarheid. Dit zijn Plusmaatjes. Zij zijn er voor iemand met bijvoorbeeld autisme, angstklachten of depressies. Een Plusmaatje bouwt een vertrouwensband op, onderneemt leuke dingen en werkt soms aan een afgebakend doel, zoals samen naar buiten gaan, mensen leren vertrouwen, toewerken naar deelname aan een groepsactiviteit.

**Contact**  
Dit Steunpunt voor Informele Zorg van ZwolleDoet! koppelt ook maatjes aan mensen met een psychische kwetsbaarheid. Dit zijn Plusmaatjes. Zij zijn er voor iemand met bijvoorbeeld autisme, angstklachten of depressies. Een Plusmaatje bouwt een vertrouwensband op, onderneemt leuke dingen en werkt soms aan een afgebakend doel, zoals samen naar buiten gaan, mensen leren vertrouwen, toewerken naar deelname aan een groepsactiviteit.

**Contact**  
Dit Steunpunt voor Informele Zorg van ZwolleDoet! koppelt ook maatjes aan mensen met een psychische kwetsbaarheid. Dit zijn Plusmaatjes. Zij zijn er voor iemand met bijvoorbeeld autisme, angstklachten of depressies. Een Plusmaatje bouwt een vertrouwensband op, onderneemt leuke dingen en werkt soms aan een afgebakend doel, zoals samen naar buiten gaan, mensen leren vertrouwen, toewerken naar deelname aan een groepsactiviteit.

**Contact**  
Dit Steunpunt voor Informele Zorg van ZwolleDoet! koppelt ook maatjes aan mensen met een psychische kwetsbaarheid. Dit zijn Plusmaatjes. Zij zijn er voor iemand met bijvoorbeeld autisme, angstklachten of depressies. Een Plusmaatje bouwt een vertrouwensband op, onderneemt leuke dingen en werkt soms aan een afgebakend doel, zoals samen naar buiten gaan, mensen leren vertrouwen, toewerken naar deelname aan een groepsactiviteit.

**Contact**  
Dit Steunpunt voor Informele Zorg van ZwolleDoet! koppelt ook maatjes aan mensen met een psychische kwetsbaarheid. Dit zijn Plusmaatjes. Zij zijn er voor iemand met bijvoorbeeld autisme, angstklachten of depressies. Een Plusmaatje bouwt een vertrouwensband op, onderneemt leuke dingen en werkt soms aan een afgebakend doel, zoals samen naar buiten gaan, mensen leren vertrouwen, toewerken naar deelname aan een groepsactiviteit.

### De Adviesraad Naasten timmert aan de weg!

We zijn trots om deze nieuwsbrief af te sluiten met de mededeling dat we binnen de Dimence Groep steeds meer gezien worden.

Verscheidene zorgteams nodigen ons uit. Daarnaast vragen leden ervaringen te delen en ook om uit te leggen wat we nu precies doen als Adviesraad Naasten.

We zijn aanwezig bij besprekingen rond de strategische koers van Dimence en laten ons informeren over de nieuwe visie rond het werken in de ggz.

Verder geven we workshops. Zo gaf Seval een indrukwekkende workshop op 20 april bij de WMO Divisiedag in Kampen.

Verder blijven we er op hameren dat Dimence en Transfore het naastenbeleid goed gaan implementeren. Teams ontplooiën allerlei initiatieven ten aanzien van naasten, maar hoe worden die op een goede manier ingesleten in de organisatie? Wij pleiten voor een duidelijke visie en goede kaders waarbinnen de medewerker een organisatie en plezierige manier in de triade kan werken en er dus niet alleen oog, maar ook aandacht voor de naaste is.

Wat precies triadisch werken inhoudt, vertellen we in een volgende nieuwsbrief. Dan zullen ook ingaan op de nieuwe kijk op het zorgverlenen in de ggz.



Hebt u vragen of wilt u contact met ons opnemen?

Dan kunt u ons mailen via [adviesraadnaasten@dimencegroep.nl](mailto:adviesraadnaasten@dimencegroep.nl)

Een goede zomer toegewenst.

Anqueliën Visser - te Lindert - voorzitter

Annie Kuiper – Ruitenbergh - secretaris

Lieke Sonmez

Lieke Knook

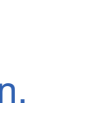
Van links naar rechts: Annie, Seval, Lieke en Anqueliën.



Facebook



Twitter



Website



TRANSFORE



Deze e-mail is verzonden aan [{{email}}](#).

Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich [hier afmelden](#).

U kunt ook uw [gegevens inzien en wijzigen](#).

Voor een goede ontvangst voegt u [naastencommunicatie@dimence.nl](mailto:naastencommunicatie@dimence.nl) toe aan uw adresboek.