



**De Kentering**

Sterk voor mensen uit en in de psychiatrie

# Nieuwsbrief

18<sup>de</sup> Jaargang  
nummer 36  
maart 2013

## De 39<sup>e</sup> Week van de Psychiatrie komt eraan!

Van 18 tot en met 24 maart vindt de 39<sup>e</sup> Week van de Psychiatrie plaats. Een week waarin er speciale aandacht is voor mensen met psychische problematiek, ongeacht of het nu gaat om cliënten van de ggz, verslavingszorg of maatschappelijke opvang. Maar ook een week waarin een belangrijk thema uit de psychiatrie centraal staat. Dit jaar is het thema “Stigmatisering: Wat verbeeldt jij je wel?!”

Dit thema werd ingegeven door de vorige Week van de Psychiatrie, die draaide om het maken van contact met anderen. Contact is voor iedereen van wezenlijk belang, of het nu gaat om een praatje met de burens of een goed gesprek met een goede vriend.

Probleem is dat stigmatisering een drempel kan opwerpen voor het vinden en behouden van sociale contacten. Want wat als je buurman heeft gehoord dat je een opname hebt gehad in een psychiatrisch ziekenhuis? Zal hij je dan wel nog serieus nemen? Belangrijke vragen voor menig ggz-cliënt. En niet alleen de buurman kan je met een scheef oog aankijken, maar ook een werkgever of een familielid.

Om de zaken nog ingewikkelder te maken, zit een stigma vaak niet alleen in de hoofden van anderen, maar ook in je eigen hoofd. Zodat je – al dan niet bewust – gaat

denken “Misschien is het wel waar wat ze van me zeggen”.

**Wat verbeeldt jij je wel?**  
**Week van de Psychiatrie 2013**  
dinsdag 19 Maart 2013  
12.30 tot 16.30  
**Over stigmatisering en beeldvorming**

Programma:  
12.30 - 13.15 lunch  
13.30 - 14.15 spreker Wim van Lent  
14.15 - 14.30 pauze  
14.30 - 15.00 spreker Robin Timmers  
15.00 - 16.00 creatief beeldvormen  
15.30 - 16.30 naprijten borrel

**Samen sterk tegen stigma!**

**WvP** 2013

Plaats: De Kentering  
Lingolaan 10  
6523 RZ  
Nijmegen

tel: 024-5245070 e-mail: [onderzoek@dekentering.nl](mailto:onderzoek@dekentering.nl)

Genoeg redenen dus om het thema stigmatisering aan de kaak te stellen. De centrale vraag zal tijdens deze Week van de Psychiatrie dan ook zijn hoe we stigma en zelfstigma de wereld uit kunnen helpen.

Met name willen we de beeldvorming verbeteren en meer aandacht vragen voor de talenten en kwaliteiten van mensen met psychische problematiek.

# Zelfregiecentrum Nijmegen van start

*Organisaties voor mensen met beperking beginnen samenwerking middels hartverwarmende actie*

**Door: Vincent van Dongen**

**In de Nieuwsbrief van november 2012 maakte De Kentering bekend, dat we gaan samenwerken met drie andere Nijmeegse belangenorganisaties onder de noemer Zelfregiecentrum Nijmegen. Er is sindsdien voortgang geboekt, zo is er bij dit artikel het nieuwe logo van het Zelfregiecentrum te zien, dat we naast ons eigen vertrouwde logo zullen gaan gebruiken.**

De WIG, BWN en Onderling Sterk hebben hun nieuwe gezamenlijk pand aan de St. Jorisstraat 72 in gebruik genomen. Omdat De Kentering reeds een vertrouwde plek heeft op het Limosterrein, waar we klanten in een vriendelijke omgeving kunnen ontvangen en er een rustige sfeer is om te overleggen, behouden wij ons adres aan de Limoslaan 10.



*Het nieuwe pand van het Zelfregiecentrum*

Gezamenlijke strijd voor onze belangen is er ook al geweest. Op 14 december, in een guur tij van bezuinigingen en op een dag dat er een ijskoude regen op Nijmegen neerdaalde, heeft het Zelfregiecentrum een hartverwarmende actie voor de zorg georganiseerd in het Huis van de Nijmeegse Geschiedenis. WIG, Onderling Sterk, BWN, De Kentering en sympathisanten staken letterlijk een lichtje op uit protest tegen de door het kabinet Rutte-Asscher voorgenomen bezuinigingen op zorg en welzijn. Gepland was een flashmob, een spontaan ogend samengaan

van mensen in een gebeuren op straat, maar vanwege de gestaag neerdalende regen brandden we onze kaarsen in de Mariëburgkapel. Ook de Nijmeegse wethouder Bert Frings was hierbij aanwezig, met bijval voor ons protest. Een video is te vinden bij Stichting Pluryn op YouTube, via 'Hartverwarmende Actie' als zoekterm.

Werk aan de winkel is er ook nog wel voor het Zelfregiecentrum: niet alleen moet er nog veel werk gestoken in het ontwikkelen van trainingen, waarmee we mensen willen helpen sterker te staan en de zelfregie over hun eigen leven terug te nemen. Wat we ook nog te doen hebben is sámen sterker staan, door elkaar te ontmoeten. De 'werelden' van psychiatrie en van lichamelijke, zintuiglijke en verstandelijke beperkingen, zijn tot nog toe vrij gescheiden geweest. Altijd al zijn er mensen geweest, die met meerdere soorten beperkingen tegelijk kampen, bijvoorbeeld schizofrenie hebben en in een rolstoel zitten, of last hebben van depressies maar ook verstandelijk beperkt zijn. Desondanks waren deze werelden in zowel zorg als belangenbehartiging redelijk gescheiden.



*Het logo van het Zelfregiecentrum*

Wat vrijwilligers bij De Kentering te doen staat is onze maatjes bij WIG, Onderling Sterk en BWN te gaan ontmoeten. Overleg en samenwerking is tot nu toe sterk geconcentreerd geweest op het bestuurlijk- en directievlak. We zullen werk moeten maken van bijeenkomsten om zelf als vrijwilligers onderling het ijs te breken. Maar doel van de samenwerking is natuurlijk, dat mensen met een beperking in Nijmegen en omgeving erdoor geholpen worden sterker en vrijer in het leven te staan. Dit zullen we doen door zelfregie te stimuleren met trainingen. Zo zullen we een cursus 'Jezelf leren presenteren' gaan aanbieden, geïnspireerd door de Vrijbaanmethode. Echter ook in belangenbehartiging valt er nog wel wat te bereiken op de vlakken waar verschillende aandoeningen elkaar raken. Tijdschrift Deviant bracht in december een themanummer 'Inclusieve psychiatrie' uit. Ze liet zien, dat het in Nederland maar

matig is gesteld met aandacht voor de toegankelijkheid van de psychiatrische zorg, zoals bijvoorbeeld de fysieke toegankelijkheid van instellingen voor rolstoelers en de toegankelijkheid van het informatiemateriaal voor blinden en voor mensen met een laag IQ.

Daarbij hoort ook aandacht voor fysieke beperkingen bij de psychiatrische behandeling, net zo goed als het van belang is dat de somatische zorg aandacht heeft voor de geest. De WIG kijkt al lang kritisch naar toegankelijkheid van publieke gebouwen in de stad, maar vanuit de nieuwe samenwerking zouden we bijvoorbeeld de toegankelijkheid van de ggz-instellingen in de regio Nijmegen kunnen onderzoeken.

Genoeg werk aan de winkel voor het Zelfregiecentrum!

---

## Open voor Werk

**Door: Paul Nunnink**

In 2013 wil het Landelijk Platform GGZ een onderzoek naar doen naar de faal- en succesfactoren die, al of niet, bijdragen aan het vinden van werk. Het onderzoek richt zich dus op mensen uit de GGZ. In het kader van het onderzoek wordt enerzijds een inventarisatie onder cliënten gedaan en anderzijds een inventarisatie en beoordeling van het gemeentelijk beleid.

Op deze manier hoopt men uiteindelijk iets te kunnen zeggen over het succes van het gemeentelijk beleid, in zoverre als de geboden voorzieningen leiden tot het vinden van werk. Een en ander moet leiden tot een kwalificatiesysteem met 'sterren'. Hoe meer sterren een gemeente weet te vergaren, des te beter is het

ondersteuningsbeleid bij het vinden van werk.

Uiteindelijk wordt verwacht van organisaties die mee doen dat zij een aantal vragenformulieren laten invullen door mensen uit de doelgroep. Voor Nijmegen zijn er dat 40. Verder moet het gemeentelijk beleid worden beschreven.

Op dit moment is een eerste concept van het vragenformulier klaar. Het formulier zal worden uitgetest. Daarna kan het onderzoek onder cliënten beginnen. Heb je belangstelling om deel te nemen aan het onderzoek of heb je belangstelling om mee te werken aan het onderzoek? Laat het even weten ([paul@dekentering.info](mailto:paul@dekentering.info)).

# Anoiksis: Schizofrenie wordt Psychose Gevoeligheid Syndroom

Door: Waldemar Krijgsman

Schizofrenie is een beladen term met negatieve connotaties, omdat er nog altijd een beeld bestaat als zouden mensen met schizofrenie allemaal onbetrouwbare, gevaarlijke ‘gekken’ zijn. De term leidt daardoor tot stigma en zelfstigma. De samenleving drukt een negatief stempel op de mens met schizofrenie; die neemt de negatieve blauwdruk in zich op en creëert zo een negatief zelfbeeld. Behalve dat de term vooroordelen oproept, houdt deze ook misverstanden in stand, want schizofrenie betekent gespleten persoonlijkheid en is daarom een onjuiste benaming. Een gespleten persoonlijkheid is namelijk een heel andere stoornis en heeft niets te maken met wat we tot op heden schizofrenie noemen.

## Motivering

Het bovenstaande was voor Anoiksis (belangenvereniging voor en door mensen met psychotische kwetsbaarheid) reden genoeg om te streven naar een nieuwe officiële benaming van wat tot nu toe schizofrenie genoemd wordt. Hierbij heeft Anoiksis gekozen voor de naam Psychosis Susceptibility Syndrome, in het Nederlands Psychose Gevoeligheid Syndroom (met het oog op het buitenland is gekozen voor de Engelse afkorting PSS). De motivering is als volgt. ‘Psychose’ vanwege het irrealiteit van hallucinaties en waanideeën. ‘Gevoeligheid’ omdat patiënten niet per se voortdurend psychotisch zijn. ‘Syndroom’ omdat dit woord de negatieve en cognitieve symptomen omvat die ook bij de ziekte horen. Negatieve symptomen zijn bijvoorbeeld verlies van gevoel en gebrek aan energie. Cognitieve symptomen zijn bijvoorbeeld problemen met de concentratie en het geheugen, of een kleiner probleemoplossend vermogen.

## Promoten

De nieuwe naam is binnen Anoiksis ontstaan in correspondentie sinds 2009 met de American Psychiatric Association. Recent is de Wereld Gezondheidsraad benaderd met het verzoek de nieuwe naam

te erkennen. Momenteel is de naam nog niet nationaal of internationaal erkend. Anoiksis gaat de naam PSS promoten tijdens de Week van de Psychiatrie, 18-24 maart 2013. Daarnaast zet zij oprechte zelfportretten in en realistische beschrijvingen van wat leven met schizofrenie inhoudt. Doel is meer kennis over en begrip van ‘voorheen schizofrenie’ (nu PSS) bij het algemene publiek.





## *Stigma*

Zoals Shakespeare schreef: “A rose by any other name would smell as sweet” (Romeo and Juliet, 1591/1596). Om het stigma en zelfstigma te verminderen moet de naamsverandering begeleid worden door adequate voorlichting, zodat PSS bekend wordt op basis van feiten in plaats van vooroordelen over de aandoening. In Japan is dat vanaf 1993 ook zo gedaan wat in 2002 leidde tot een officiële

naamsverandering. Daar koos de Associatie van Psychiatrie en Neurologie voor de term ‘integratie dysregulatie syndroom’ in plaats van schizofrenie. Misverstanden en vooroordelen verdwenen grotendeels en patiënten konden de diagnose makkelijker accepteren. Precies datgene waar Anoksis in Nederland en internationaal op mikt.

*(Bron: Anoksis)*

---

## **De Ervaringswijzer gaat door!**

**Door: Corine Strausz**

In 2012 ben ik begonnen met het project Ervaringswijzer.nl, een initiatief van NetCliënten en Geestdrift. Er zijn verschillende regio's die meedoen; Noordoost-Brabant, Groningen, Drenthe, De Achterhoek, Flevoland, omgeving Utrecht, Amsterdam, Breda, Zeeland en Nijmegen/ Arnhem. Ervaringswijzer.nl is een trefpunt voor en door mensen die psychisch kwetsbaar zijn. Je kan er onder andere mensen ontmoeten of je kunt jouw ervaringen delen op het forum, via reacties of in blogs. Je kunt je aanmelden als lid en thema's en recensies volgen.

# **ervaringswijzer**

Een onderdeel hiervan is De Cliëntenatlas. Hier kan je interessante activiteiten in jouw buurt ontdekken. Er is een team van redacteuren dat maandelijks bijeenkomt.

Deze redacteuren schrijven voor de regio Nijmegen/Arnhem. Zij gaan op een activiteit af en schrijven naar aanleiding van dit bezoek een recensie, als ijsbreker voor de mensen die niet zomaar op een dergelijke activiteit durven afstappen.

Vorig jaar heeft dit 33 recensies opgeleverd over bijvoorbeeld Nunn, Groenwerk en Het Filosofisch Café in de categorieën hulp, wonen, arbeid en vrije tijd. Van verschillende kanten hebben we gehoord dat we het vorig jaar heel goed hebben gedaan en daarom krijgt de activiteit nu een vervolg. De Kentering financiert dit jaar de Ervaringswijzer.nl.

Wil jij mee gaan doen en spreekt deze manier van werken je aan, neem dan even contact op ([corine@dekentering.info](mailto:corine@dekentering.info)) en dan ga je volgende maand al op reportage.

Voor elke complete recensie die wordt geplaatst krijg je een kleine vergoeding.

# Verhalen om naar te luisteren

Door: Vincent van Dongen

Toen ik werd opgenomen, het was 1996, was één van de gesprekken die door de behandelaars met me gevoerd werden, een anamnese. Er werd mij gevraagd mijn levensloop uit de doeken te doen en daar werd een beschrijving van gemaakt. Dus vertelde ik over mijn jeugd, mijn studietijd en vooral ook over de dingen waar ik me zorgen over maakte. Over de angst voor de vervuiling van ons milieu en het opraken van grondstoffen. Hoe mijn eerste depressies ontstonden toen ik tijdens de Golfoorlog, nachtenlang de bombardementen op Bagdad volgde. Dat alles in de verwachting, dat daarna uitgebreid met me gepraat zou worden over die zorgen en angsten. Zodat ik al pratende helderheid zou kunnen scheppen in mijn hoofd, de verwarring en depressies zou kunnen oplossen door die deprimerende gedachten op een rij te krijgen en in een nieuw perspectief te zien.

Dat viel tegen, het bleek dat de psychiatrie niet zo werkte. Ik kreeg wel gesprekken met de psychiater van de opname-afdeling, maar die bleken vooral te dienen om vast te stellen wat voor diagnose en welke medicatie ik zou krijgen. Uitgebreide, diepgaande gesprekken over al die zorgen en angsten bleven uit. De medicatie remde de chaos in m'n hoofd en tilde mijn stemming op. Ik leerde mijzelf minder te belasten. Buiten de officiële behandeling leerde ik (in contact met lotgenoten en cliëntgestuurde organisaties) mijn vaardigheden kennen en kracht en kwetsbaarheid in balans te brengen. Maar mijn geest ordenen, antwoord vinden op de zingevingsvragen, de vraag waarom er zoveel leed is, hoe ermee om te gaan, dat heb ik zelf moeten doen. De psychiatrie hielp daar niet bij, terwijl dat nou juist de vraag was waarmee ik in 1996 bij hen aanklopte.

Ruim anderhalf decennium na die opname actief als belangenbehartiger met een aandachtig oog voor wat cliënten aangaat, valt het me op, dat er nog steeds niet écht met mensen over hun zorgen gepraat wordt. Het overheersend model is nog altijd het bio-medisch model. Er wordt vastgesteld wat de diagnose is, vervolgens ligt de grootste nadruk in de behandeling op het geven van medicatie, die de symptomen dempt en het leren omgaan met de klachten (en de bijwerkingen van die medicatie). Klop je in verwarring aan bij de ggz, dan is de gebruikelijke zorg die je krijgt niet het praten over de verwarrende gedachten, maar afwachten tot de pillen de hersens tot rust brengen.



*Vincent van Dongen*

Het kan ook anders. De psychiater Jules Tielens bracht in december bij uitgeverij De Tijdstroom het boek "*In gesprek met psychose*" uit. De ondertitel geeft aan dat je

zelfs met verwarde mensen het gesprek aan kunt gaan: *Verbindende Gesprekstechniek, praktische handleiding om in contact te komen en te blijven met psychotische mensen*. Deze column is geen recensie; wie meer informatie over het boek wil, verwijst ik door naar internet. Wat me echter blij maakt, is dat ik de idee waarvan dit boek blijkt geeft vaker tegen kom, al is het vooralsnog buiten de mainstream, bij symposia over psychiatrie en filosofie, in het tijdschrift *Deviant* en in boeken van kritische denkers:

De verwarring, de inhoud van onze psychische klachten, zijn niet louter stoorfactoren die met medicatie bestreden moeten worden, maar hebben iets te zeggen over wat er met ons – en met de

maatschappij - misgaat. Depressieve gedachten en waanideeën ontstaan niet in het luchtledige. Ze haken aan bij wat je eerder hebt meegemaakt, ze kunnen ook een reactie zijn op heftige maatschappelijke gebeurtenissen en veranderende wereldbeelden.

Behalve aandacht voor het feit, dát gedachten met cliënten aan de haal kunnen gaan, moet er ook aandacht zijn voor die gedachten zelf. Zodat, als een anamnese wordt gemaakt, er niet alleen *geschreven* wordt over wat met de cliënt gebeurd is en wat hij/zij beleefd heeft, maar dat er ook *geluisterd* wordt naar dat verhaal, dat er over *gepraat* wordt, dat de persoon wordt geholpen om van zijn/haar verhaal, een verhaal met een goede afloop te maken.

---

## Basisberaad Rivierenland

**Door: Miep Bieshaar**

Op 20 februari organiseerde het Basisberaad Rivierenland samen met de cliëntenraad van Pro Persona de conferentie “Samen sterker uit de crisis”. Door de aanhoudende economische crisis moet er veel bezuinigd worden en slinken de budgetten voor maatschappelijke ondersteuning. Hierdoor is er steeds meer noodzaak om mensen met psychische problematiek te empoweren en hun zelf de regie te laten voeren over hun leven. In Tiel zijn al sinds jaar en dag verschillende organisaties actief die trachten om de het woon- en leefklimaat van ggz-cliënten te bevorderen. Veel cliënten geven aan dat maatschappelijke participatie alleen bereikt kan worden als deze organisaties de handen ineen slaan en samenwerken. Omdat er op dit gebied nog veel winst valt te behalen, werd een conferentie georganiseerd door het Basisberaad Rivierenland en de cliëntenraad van Pro Persona. Hieraan werden bijdragen

geleverd door onder andere de gemeente Tiel, zorgaanbieders, de sociale dienst, vrijwilligersorganisaties en zorgverzekeraars. De conferentie was goed bezocht, er waren ongeveer 45 aanmeldingen.

Verder zijn twee leden van het Basisberaad Rivierenland bezig om nieuwe cursussen en trainingen op te zetten. Het is de bedoeling dat deze trainingen worden aangeboden aan ambtenaren van de verschillende gemeenten in het rivierenland.

Tot slot is het Basisberaad Rivierenland betrokken bij de ontwikkelingen op het gebied van de (O)ggz – de dienstverlening door gemeenten aan mensen met psychische problematiek – en het organiseren van de Week van de Psychiatrie.

# Terugblik Dag van de Kwaliteit 2012

Door: Mariëtte van der Zwet & Waldemar Krijgsman

**De Dag van de Kwaliteit 2012 is een meer dan geslaagde dag geworden! Het thema was Je-zelf-Wel-zijn & Zelfregie. Hoe verhoudt zich dat met elkaar in het licht van alle aankomende veranderingen en bezuinigingen in de zorg?**

In de ochtend vonden er twee lezingen plaats. Vincent van Dongen wist op een vloeiende manier zijn persoonlijk verhaal te verbinden met de actualiteit van de dag. Kees Onderwater gaf een soort college over Werken in de Wijk waarbij zijn eigen betrokkenheid bij ggz-cliënten net zo uit de verf kwam als zijn betoog om cliënten en wijkbewoners centraal te stellen bij deze nieuwe vorm van zorg. In het debat dat op de lezingen volgde, kreeg de zaal volop de gelegenheid vragen te stellen en te reageren op elkaar.

De middag bood de aanwezigen een ruime keuze aan workshops. Met voldoening kijken de workshopleiders terug op hun sessie.



Rutger Kips vertelde in zijn workshop over zijn lekenpreek voor dak- en thuislozen. Dat is gericht op het bekrachtigen van mensen, zodat ze leren voor hun rechten op te komen en kennis te verwerven. Hij blikt terug: “Ik ben helemaal op, maar zeer voldaan. Het was moeilijk op te houden en men vond het een interessant verhaal.”

Saskia Dubbelt behandelde in haar workshop samen met Peer van Hoof het thema voorlichting met ervaringskennis. Ze laat weten: “Het ging heel leuk en ontspannen. De interactie met het publiek was zelfs zo goed dat een van de toehoorders zelf ook vrijwilliger bij De Kentering wilde worden.”

De leden van de Phoenixband, tegenwoordig Clean & Distorted geheten, verzorgden een interactieve workshop. Samen met het publiek componeerden zij een song met de titel Zelfregieblues. Basgitarist Henk van den Berg licht toe: “Het is een mooi lied geworden en het publiek zong uit volle borst mee.”

Bram-Sieben Rosema en Marinke Stassen belichtten de achtergronden van de informatieve website [www.keuzehulpen.nl](http://www.keuzehulpen.nl), opgezet voor mensen met schizofrenie of psychose door patiëntenvereniging Anoiksis en het Trimbos-instituut. Ze vertellen: “Toen we onze workshop startten, waren we verrast door de interesse ervoor. We kregen positieve reacties. Al met al een geslaagde Dag van de Kwaliteit.”

Sander Alkemade hield de workshop “Van Regie naar Zelfregie”. Hij legt uit: “Om mensen meer grip en overzicht over hun leven te geven gaf ik elke aanwezige een exemplaar mee van “Het Draaiboek van je Leven”. Bezoekers kregen de mogelijkheid om hun leven uit te beelden in meer dan 10 levensgebieden. Ze gaven na afloop aan dat ze het naar hun zin hebben gehad.”



# 10 vragen aan...Sander Julius Alkemade

Door: Job Schellekens

**In de vorige nieuwsbrief werd Rutger Kips geïnterviewd, een straatadvocaat die voor De Kentering werkt. Deze keer is het de beurt aan Sander Alkemade. Sander studeert voor maatschappelijk werker aan de HAN en loopt stage bij De Kentering.**

*1. Hoe lang ben je al bij De Kentering en wat is jouw inbreng?*

Inmiddels is Sander nu ongeveer anderhalf jaar stagiair bij De Kentering. In zijn eerste stagejaar hield hij zich vooral bezig met verschillende werkgroepen, zoals de (O)ggz-spiegel, de werkgroep ervaringsdeskundigheid en de Ervaringswijzer (een landelijke website voor en door cliënten, J.S.).

Dit jaar werkt Sander samen met Ineke Hoeven en houdt hij zich bezig met maatschappelijk werk. Samen met haar helpt hij mensen die vast zijn gelopen in procedures, schrijft hij bezwaarschriften voor mensen als bijvoorbeeld hun uitkering niet is toegekend en helpt hij mensen die problemen hebben met het invullen van formulieren.

*2. Wat is jouw motivatie om actief te zijn bij De Kentering?*

Sander vertelt dat hij het leuk vindt om zijn eigen pad te volgen, en noemt zichzelf een klein beetje "eigengereid". Bij De Kentering krijgt hij alle ruimte om te werken op een manier die bij hem past. Maar wel volgens de richtlijnen van de opleiding en in samenspraak met Ineke Hoeven en de ondersteuners van De Kentering. Daarnaast moet hij natuurlijk ook stage lopen in het kader van zijn opleiding. Tot slot vindt Sander het prettig om samen te werken met mensen die – net als hij – een ggz-verleden hebben.

*3. Ben jij een denker of een doener?*

Een denker, zegt Sander, behalve als hij sneeuw aan het ruimen is of muziek aan het maken is op zijn synthesizers. Tentamens maken op school ziet hij

grotendeels als een cognitief proces. Ook het stage lopen bij De Kentering vraagt om denkwerk, omdat je veel procedures en regelgeving moet kennen. Het meeste praktijkwerk leert Sander bij De Kentering, en niet op school. Om een voorbeeld te geven: op school krijgt hij een training in vergaderen, wat met drie personen gebeurt. Bij De Kentering zijn er echter vergaderingen waaraan wel tien mensen deelnemen. Dit is een groot verschil. Ook het lezen van ambtelijke stukken is iets dat hij wel bij De Kentering leert, maar niet bij zijn opleiding.

*4. Waar kun jij van genieten?*

Nieuwe muziek, zegt Sander meteen. Hij is een groot liefhebber van alle muziekgenres, met uitzondering van heavy metal en gangsterrap. Sander kan er erg van genieten als hij nieuwe muziek ontdekt die nog niemand kent. Elk jaar brandt hij dvd's met de nieuwste muziek, die hij vervolgens uitdeelt aan 30 vrienden en bekenden. Een andere passie van Sander is thee drinken, want "thee biedt troost". Thuis beschikt hij over een grote theeverzameling. Tot slot heeft Sander een paar maanden geleden een film geregisseerd, waarbij hij samen met een paar vrienden het bos in is gedoken. Dat was heel leuk om te doen, maar het monteren en nabewerken, samen met Corine Strausz, neemt nog wel wat tijd in beslag.

*5. Wat was jouw leukste ervaring bij de groep?*

Sander vertelt dat hij het erg leuk vond om samen met Job en een paar andere vrienden afgelopen oud en nieuw een feest te organiseren. Dit feest vond plaats bij De

Kentering. Ook het personeelsuitstapje naar Oriëntalis vond hij erg geslaagd.

*6. Zie jij nog misstanden binnen de psychiatrie?*

Sander vertelt dat hij regelmatig zijn crisissignaleringsplan heeft geüpdate, maar als het puntje bij paaltje komt wordt er niks mee gedaan. Dit is frustrerend, want een crisissignaleringsplan bijwerken kost veel tijd. Een andere ergernis is dat de GGz er niet blij van wordt als je zegt dat je geen hulp meer nodig hebt. Dit is vreemd – iemand die een been breekt moet een tijdje in het gips zitten, maar daarna kan het gips er weer af. Bij de GGz daarentegen willen ze juist het “gips” er zo lang mogelijk op laten zitten. Ook vindt Sander dat veel afdelingen binnen de GGz langs elkaar heen werken. Dit is een slechte zaak.

*7. Waar ben jij trots op wat we tot nu toe met z'n allen hebben bereikt?*

Sander noemt een paar dingen: de onafhankelijkheid van De Kentering, de grote dossierkennis die er aanwezig is, de open structuur en het feit dat veel mensen weten wat De Kentering is. Op de vraag hoe dit laatste komt, antwoordt hij dat De Kentering al lang bestaat en serieus genomen wordt door het werkveld.



*Sander Alkemade*

*8. Heb je buiten De Kentering nog meer activiteiten?*

Zoals gezegd is Sander tweedejaars student maatschappelijk werk aan de Hogeschool

Arnhem en Nijmegen. Daarnaast is hij veel bezig met muziek, hij speelt thuis op drumcomputers en synthesizers. Ook vindt Sander het leuk om te jagen op aanbiedingen van computerspellen.

Onlangs heeft hij een paar games gekocht voor maar 1 euro. Verder sport hij veel: volleybal, badminton spelen en fietsen. Tot slot zijn er een aantal medewerkers van De Kentering die hij ook buiten het werk om ziet.

*9. Wat zijn jouw plannen voor de toekomst?*

Sowieso wil Sander zijn opleiding afmaken. Daarnaast wil hij ook zijn filmproject voltooien (en op internet zetten). En hij moet voor het derde en vierde jaar van zijn opleiding een andere stage zoeken.

Na zijn opleiding wil Sander graag ‘outreaching’ werken. Dat wil zeggen, actief op straat op zoek gaan naar mensen die hulp nodig hebben, maar daar niet zelf om vragen. Vaak gaat het dan om dak- en thuislozen. Dit zijn mensen die enerzijds erg sterk zijn – want het leven op straat is niet mals – maar anderzijds ook kwetsbaar zijn.

*10. Hoe zie jij de toekomst van De Kentering?*

Dit vindt Sander een lastig verhaal. Hij denkt dat De Kentering, zoals wij die nu kennen, over een paar jaar niet meer bestaat. De afdeling cliëntondersteuning zal dan waarschijnlijk zijn ondergebracht bij een STIP (steun en informatiepunt) van de gemeente. En de rest zal dan onderdeel zijn van het Zelfregiecentrum Nijmegen.

Sander wil deze ontwikkelingen niet als positief of negatief labelen, maar het wordt in zijn ogen wel anders. Hij vindt het Zelfregiecentrum een mooi initiatief, met kansen voor alle vier de organisaties die erachter zitten.

# Binding met de regiogemeenten: gezocht en gevonden

Door: Vincent van Dongen

**Omdat gemeenten de taak krijgen beleid te maken voor de begeleiding en dagbesteding, die tot nu toe uit de AWBZ bekostigd is, vinden de cliëntenraden in de regio het essentieel, dat gemeenteraadsleden op de hoogte zijn van wat cliënten zelf belangrijk vinden. Aan bezuinigingen valt niet te ontkomen, omdat de gemeenten voor het uitvoeren van hun taak binnen de Wet Maatschappelijke Ondersteuning (WMO) minder geld krijgen dan wat daarvoor via de AWBZ door het Rijk betaald werd. In vervolg op de training Binding in de Regio vond over dit thema een Nijmeegse Bindingsdag plaats op 31 januari in Conferentiecentrum De Poort in Groesbeek.**

Erover nadenken hoe er met minder geld toch betere zorg valt te verlenen, door beter aan te sluiten bij de eigen wensen en de eigen kracht van cliënten, dat was de taak waarvoor cliëntenraden van RIBW, Pro Persona, IrisZorg en MEE zich samen met De Kentering stelden. De politiek moet meer naar de cliënten en hun raden zelf luisteren in plaats van louter met de beleidsmakers van instellingen. In de zorg kunnen cliënten, die verder zijn in hun herstel, hun kracht en deskundigheid inzetten in herstel-ondersteuning, vrijwilligerswerk en betaalde taken. Dat waren enkele van de conclusies die getrokken werden door de raden, die in de ochtend met elkaar in gesprek gingen.

In de middag gingen we in gesprek met raadsleden en beleidsmedewerkers uit de gemeenten Nijmegen, Ubbergen, Druten en Groesbeek. De politiek was vertegenwoordigd door raadsleden van SP, Groen Links, PVDA en D'66. Vanuit het CDA kwam een nette afmelding, maar de partijen ter rechterzijde lieten niets van zich horen. Waren ze bang de confrontatie aan te gaan met de mensen, die de pijn zullen voelen van neoliberale keuzen om te snijden in ondersteuning? We weten het niet. De raadsleden die er wel waren, toonden een grote betrokkenheid en bereidheid om te luisteren. Wat opviel was dat niet alleen onder cliënten veel vragen en onzekerheid leven, maar dat de politici diezelfde zorgen delen. De raadsleden en beleidsmedewerkers waren blij ons

gesproken te hebben, het gaf hen meer duidelijkheid over wat belangrijk is voor cliënten en ze gaven aan de ideeën mee te nemen in de besluitvorming, al konden concrete toezeggingen niet gedaan worden.



Enkele reacties die na afloop binnenkwamen, geven aan hoe succesvol deze dag was en dat de gezamenlijke cliëntenraden terecht trots kunnen zijn op het organiseren ervan:

**Evert Ruiter, D66 Ubbergen:** *'Ik heb bewondering voor de wijze waarop jullie jezelf en de belangen van jullie achterban presenteerden'. Hem viel de schroom van cliënten voor de raadsleden op en hij zei daarop: 'De lokale politici zijn vooral gewoon je buurman, die het erbij doet. Dat "gesprek over de heg" is zeker voor herhaling vatbaar.'*

**Thieu Hoeken, PvdA Ubbergen:** *'De meeste indruk heeft op mij gemaakt, het*

*feit dat de dag er was en dat hij door de cliënten zelf werd gedragen. Dat kan dus, en dat geeft vertrouwen bij henzelf, en zou dat ook met ons moeten doen. En met de managers en bestuurders.'*

**Marc van Nijnatten, PvdA Nijmegen:**

*'Ik neem de ervaringen mee terug naar mijn fractie om dit met hen te delen. Vervolgens wil ik bij actuele politieke vraagstukken alerter zijn op inspraak van cliënten. Zoals ik heb aangegeven dienen ook cliënten(raden ) zich bewust te zijn van de inspraakmogelijkheden bij politieke discussies.'*



*April Ranshuijsen*

**April Ranshuijsen, Groen Links**

*Nijmegen: 'Ik heb deze dag als zeer prettig en interessant ervaren. Ik vond de ambiance prettig en waardeer het dat mensen zich kwetsbaar op durven te stellen. Ik heb een verslag gemaakt van de dag en naar mijn fractie en de wethouder gestuurd. Dit wordt meegenomen in onze verdere besprekingen en richting het opstellen van het verkiezingsprogramma.'*



**colofon:**

Uitgave van de Kentering  
18de jaargang  
Nummer 36  
Maart 2013

**Redactie:**

Elly de Louw  
Job Schellekens  
Miep Bieshaar  
Vincent van Dongen  
Jean Acampo  
Waldemar Krijgsman

**Lay-out:**

Job Schellekens

**Postadres en Bezoekadres:**

Limoslaan 10  
6523 RZ Nijmegen  
☎ 024 – 3231202  
e-mail: [redactie@dekentering.info](mailto:redactie@dekentering.info)  
[www.dekentering.info](http://www.dekentering.info)