

Gezinnen verkiezen De Stem, Praatkaffee Psychose te Brugge als winnaar G3-prijs 2011

Op zaterdag 17 september 2011 verkozen de 180 aanwezigen op het Similescongres *Op krachten komen* te Leuven, de winnaar van de tweede editie van de prijs voor Gezinsvriendelijke Geestelijke Gezondheidszorg (G3). De Stem, Praatkaffee Psychose te Brugge trok de meeste stemmen aan en mag zich met trots de waardige opvolger noemen van het CAT Preventiehuis uit Gent, de vorige winnaar van de G3-prijs.

Gezinsvriendelijke minister Jo Vandeurzen reikte de trofee uit

Vlaams minister Jo Vandeurzen is op het congres gelauwerd door Similes met de eerste prijs van gezinsvriendelijke minister. Hij is de eerste minister in Vlaanderen die zo uitdrukkelijk de kaart trekt van families van mensen met geestelijke gezondheidsproblemen. De minister reikte de G3-award uit aan de winnaar De Stem.

De Stem, Praatkaffee Psychose

Interview met Geert Gardin, klinieccoördinator psychosen-zorg, en Dirk Snauwaert, maatschappelijk werker, beide verbonden aan het Psychiatrisch Ziekenhuis Onze-Lieve-Vrouw te Brugge.

Hoe is het allemaal begonnen?

Geert: Ik liep al jaren rond met dit idee. Hier binnen het ziekenhuis hebben we heel wat jaren ervaring met het organiseren van familiegroepen. Wat ons daarbij opviel was de grote nood aan contact met lotgenoten.

Voor De Stem werden we dan geïnspireerd door de reeds bestaande dementiecafés. We vonden dat een dergelijk initiatief ook moest kunnen voor psychose, omdat ik denk dat de noden van familie vrij vergelijkbaar zijn.

We zijn al sinds 1992 bezig met infosessies voor familie. We stelden vast dat na zo'n reeks van een zestal bijeenkomsten (InFoP, Compas), mensen vragende partij waren om te blijven samenkomen. Oorspronkelijk hebben we dat zelf georganiseerd, maar die groep werd alsmaar groter. Dan hebben we dat opgesplitst en zijn we beginnen samenwerken met Similes. We vonden dat ook familie van patiënten die niet bij ons opgenomen waren, evenveel recht hadden op die informatie en dat contact. Vandaar dat we zochten naar een ruimer kader. Ook in andere ziekenhuizen werden dingen gedaan naar de familie toe, dus vond ik dat we beter de krachten konden bundelen, om zoveel mogelijk familie te kunnen bereiken. En we wilden op die manier ook een stap naar buiten zetten en deze initiatieven buiten de muren van het ziekenhuis laten doorgaan.

Dirk: Mensen moesten dan niet langer een ziekenhuis binnengaan op zoek naar informatie. Eigenlijk waren er drie pijlers: InFoP, Compas en de informatieavonden. We hebben die *gesloten groep* en die informatieavonden willen combineren in het psychosekaffee: een inleiding met informatie en een tweede deel waarin contact en gesprek centraal staan. De grootste verrassing is het aantal mensen die daar op afgekomen zijn. Er zijn heel wat mensen bij die ik niet ken, veel nieuw publiek dus, los van het ziekenhuis hier. We doen aan een brede bekendmaking en hebben zelfs de gewone thuiszorg erbij betrokken, omdat die ook spreken van veel verdoken psychische problematiek.



Geert Gardin

Hoe zijn jullie dan concreet gestart?

Geert: De eerste bijeenkomst is doorgegaan in september 2010. We zijn dus een jaar bezig. We hadden die eerste avond een volle zaal: zo'n 130 mensen. Het waren Kristien Hemmerechts en Wannes Capelle die het eerste deel verzorgden. En dat bleek heel sterk aan te slaan.

Ik wil er aan toevoegen dat het aantal deelnemers niet het belangrijkste is voor ons. We willen gewoon het publiek bereiken dat daar nood aan heeft.

Dirk: Het belangrijkste voor ons is dat lotgenotencontact. Dat lijkt ons ook de essentie van waar mensen naar op zoek zijn. Geert: Het Kaffee bestaat uit twee delen. Het informatie-gedeelte, ongeveer één uur en dan het contact: de overige twee uren. We merken dat iedereen blijft na dat eerste deel en dat mensen werkelijk met elkaar in gesprek gaan.

Dit lijkt een heel ander soort lotgenotencontact dan de traditionele gespreksgroep waarbij een tiental mensen rond de tafel zitten, en ieder om beurt iets kunnen inbrengen. Het klinkt veel laagdrempeliger.

Dirk: Mensen zitten gewoon rond tafels met een drankje. Het gesprek ontstaat spontaan zonder begeleider. Iemand die dat wil, kan ook alleen maar luisteren zonder zelf iets in te brengen.

Geert: We merken ook dat er heel wat mensen op zoek zijn naar heel specifieke informatie. We kunnen natuurlijk niet op al die vragen een antwoord geven. Het informatieve gedeelte geeft altijd maar een stukje van het antwoord. Maar wat we wel doen, is dat we die vragen ook in het kaffeegebeuren oppikken en mensen op weg zetten. Als mensen bijvoorbeeld met de vraag komen *wat is een psychose?*, dan zullen zij het aanbod krijgen om deel te nemen aan InFoP. Of we verwijzen mensen door naar een andere professioneel in de zaal, er zijn er voldoende aanwezig.

Dirk: We hebben dat ook met alle partners van De Stem afgesproken, om naar elkaar te verwijzen. Als mensen vragen hebben over Beschut Wonen bijvoorbeeld, dan is de collega Beschut Wonen aanwezig en halen we die erbij. En we hebben ook altijd een doos met folders bij om naar te verwijzen.

Geert: De meerderheid van de partners zijn daar aanwezig en er zijn verschillende disciplines vertegenwoordigd, en er zijn natuurlijk ook heel wat ervaringsdeskundigen aanwezig. Dat loopt eigenlijk heel vlot!

Hoe gaat het er tijdens een Praatkaffee dan aan toe?

Dirk: We hebben een podium en stellen daar rond de tafels in een halve cirkel op. Iedereen kan het podium goed zien en we kunnen toch direct, zonder grote manoeuvres overschakelen naar het Praatkaffee. We proberen iedere tafel ook vol te krijgen. We zetten eerst wat minder tafels klaar zodat die zich vullen, en pas op het einde zetten we nog tafels bij naarmate er meer volk toe komt. Aan studenten en hulpverleners vragen we om zich te verspreiden, ze mogen



Prof. Em. Dr. Paul Igodt

geen clubje apart vormen, en daar kijken we op toe. Iedereen is welkom, maar we zorgen ervoor dat het accent op familie blijft liggen.

De meerderheid van de aanwezigen zijn familieleden?

Geert: Dat verschilt van avond tot avond, maar de laatste bijeenkomst bijvoorbeeld, met Jessie De Caluwé, daar waren 95% van de aanwezigen familieleden. Er komen altijd wel enkele hulpverleners, wat heel goed is, want zij moeten ook leren naar familie te luisteren. Het Praatkaffee is daar eigenlijk een ideale plek voor! Ze hoeven daar niets te zeggen of te doen, ze kunnen zich permitteren om gewoon te luisteren.

Die gesprekken aan de tafels, lopen die vanzelf?

Dirk: Inderdaad, er zit wel meestal iemand van ons bij.

Geert: Wij verspreiden ons over de zaal en daarnaast zijn er ook mensen die voor de bar zorgen. Er zijn genoeg hulpverleners en ervaringsdeskundigen van Similes aanwezig, om te zorgen dat er aan elke tafel iemand bij zit. Maar zij zullen dat gesprek niet sturen.

Wat met de verdere planning en organisatie?

Dirk: We hebben een stuurgroep die telkens tussen de avonden in samenkomt, waarbij we de voorbije avond evalueren en de komende avond(en) plannen. We bepalen daar welke richting we verder uitwillen.

Geert: De thema's worden daar afgesproken. We proberen zoveel mogelijk variatie aan te brengen in ons aanbod, niet alleen naar inhoud, maar ook naar vorm. Met Prof. Em. Dr. Paul Igodt hebben we bijvoorbeeld een *vraag en antwoord aanpak* gehad in het informatieve gedeelte. Hij is meer dan een uur ingegaan op alle mogelijke vragen. Dat was dus niet echt een lezing en dat was zeer succesvol.

Dirk: Zuivere lezingen hebben we tot nu toe proberen te vermijden.

Geert: We hebben ook de voorstelling gehad van het project *Zeeuwse Gronden*, maar ook daar lag de nadruk op de ervaringen van de familieleden met dit project. We proberen ook in te spelen op de actualiteit: aan de hand van getuigenissen van mensen die bij hen in begeleiding waren, werd VDIP voorgesteld. We hebben ook het contrast gemaakt tussen hoe het 20 jaar geleden gebeurde en nu, wat is het verschil? We hebben dus ook een evolutie geschetst aan de hand van ervaringen.

Wat zijn de plannen voor de toekomst?

Geert: In november tonen we de film *Verloren jaren*. In januari hebben we iets rond *psychose en middelengebruik* geprogrammeerd en in maart komt Prof. Dirk De Wachter. We hebben hem ook gevraagd om geen klassieke lezing te geven, maar ons te vertellen hoe hij het omgaan met mensen met een psychose, als mens ervaart. We zijn ook nog met een toneelproject bezig waaraan zowel hulpverleners als patiënten en familieleden meewerken. Daarin vertrekken we van ieders eigen ervaringen met psychose.

De *projecten 107*, daar willen we ook zeker iets rond doen, maar we wachten nog tot ze effectief een tijdje bezig zijn. VDIP hebben we ook pas uitgenodigd nadat ze een jaar actief waren.

Er is ook aandacht voor het zo gezellig mogelijk aankleden van de zaal.

Dirk: Ja, het is iedere keer anders en een verrassing als je de zaal binnenkomt! Ik hoor nu ook dat mensen er echt naar uitkijken.

Geert: Dat is weer een ander aspect van de meerwaarde van samenwerking. Het is inderdaad heel knap en creatief!

Similes hoopt dat jullie nog lang zo mogen doorgaan.

Geert: Ondertussen is dat een goed draaiend geheel. We sluiten niet uit dat dit zich nog uitbreidt of dat er nog nieuwe initiatieven uit voortvloeien. Maar de eerste bijeenkomst, met wat de stuurgroep zou worden, is wel spannend geweest. Men wou wel iets dergelijks voor patiënten organiseren, maar familie, dat moest Similes maar doen! Maar bij de tweede bijeenkomst was iedereen plots wel bereid.

Gelukkig heeft men dus ingezien dat aandacht voor familieleden niet alleen iets is voor Similes, en dat hulpverleners daar ook verantwoordelijkheid moeten in opnemen.

Dirk: Het is nog altijd niet evident dat aandacht hebben voor familie eveneens een opdracht is voor de hulpverlener. In het Onze-Lieve-Vrouw ziekenhuis streven wij ernaar om bij een opname ook de hele familie in begeleiding te nemen.

Hoe komt het volgens jullie dat hulpverleners soms nog weigerachtig staan tegenover het betrekken van familie?

Dirk: Het is nog niet echt erkend als een opdracht door de overheid, in de zin dat er dan ook financiële middelen tegenover staan. Hoewel de consensusconferentie ook stelt dat



Startavond met Kristien Hemmerechts en Wannes Cappelle

het essentieel is bij de behandeling van psychose om ook met de familie te werken.

Wij hopen samen met jullie dat dit er komt, Nogmaals proficiat met jullie G3-award en succes met de verdere werking van De Stem, Praatkaffee Psychose

Elke De Groote en Diederik Thuyn, medewerkers Similes

www.praatkaffee-destem.be

De Stem, Praatkaffee Psychose is een samenwerkingsinitiatief van 13 partners: Psychiatrisch Ziekenhuis Onze Lieve Vrouw te Brugge, Psychiatrisch Centrum Sint Amandus te Beernem, Psychiatrische Afdeling AZ St-Jan te Brugge, Psychiatrische Afdeling AZ St-Lucas te Brugge, Psychiatrische zorg in de thuissituatie Brugge – Beernem, Beschut Wonen Beernem, Beschut Wonen Brugge, Psychiatrisch Verzorgingstehuis De Ent te Torhout, Psychiatrisch Verzorgingstehuis Sint-Augustinus te Brugge, CGG Prisma te Torhout, CGG Noord West Vlaanderen te Brugge, Vzw Thuiszorgcentrum CM te Brugge en Similes West-Vlaanderen te Drongen.

InFoP staat voor Informatie aan Familieleden over Psychose. In een reeks van 6 avonden wordt voornamelijk informatie gegeven over de schizofrene psychose. Daarnaast staan sociale ondersteuning en het uitwisselen van ervaringen met de anderen familieleden voorop. Doel van de reeks is de belasting van de familieleden te verlagen en overbelasting te voorkomen. Het InFoP programma richt zich tot familieleden van personen met psychose.

Interesse? InFoP gaat door

Van 7 februari tot 17 april in het PZ Onze-Lieve-Vrouw, Koning Albert I laan 8, 8200 **Brugge**

Meer info bij Tania Tamsin of Veronique Van Vooren
tel 050 301800

Van 2 februari tot 7 juni in het Maascentrum De Wissen, Maaspark z/n, 3650 **Dilsen-Stokkem**

Meer info bij Leen Stroobants

tel 016 244206 ■ leen.stroobants@similes.be

Similes en de samenwerking met De Stem

Interview met Jacqueline, voorzitter Similes West-Vlaanderen regionaal en enkele collega-bestuursleden, onder wie André.

Deze nieuwe manier van werken, werpt zijn vruchten af?

Ja, we werken nu met 12 andere partners samen, wat veel meer mogelijkheden biedt en waardoor we ook meer mensen bereiken. We hadden al gemerkt dat er veel vraag was naar het praten na een bijeenkomst, vandaar dit idee van een Praatkaffee. De steungroep in het ziekenhuis voldeed niet meer aan die behoefte. Er moest iets nieuws komen en we vonden die combinatie van informatie en dan volop gelegenheid tot praten een goed idee.

Ook voor ons, bestuursleden, is het een gelegenheid om nieuwe mensen te leren kennen, waaronder ook diverse zorgverstrekkers. Ook door de bijeenkomsten van de stuurgroep leren we elkaar beter kennen. Voor de mensen die naar deze avonden komen, is het ook een belangrijke aantrekking te weten dat er diverse zorgverstrekkers aanwezig zullen zijn, bij wie ze met allerlei vragen terecht kunnen.

Die aanwezigheid en inbreng van professionelen is zeker zeer belangrijk! We bereiken hierdoor heel wat mensen die we anders niet zouden bereiken. Het is de bedoeling van Similes West-Vlaanderen regionaal dat we de mensen, die met een psychische problematiek in de thuissituatie verkeren, ontmoeten net als mensen die voor het eerst over Similes horen. De anonimiteit lijkt mij ook zeer belangrijk. Niemand hoeft te zeggen wie hij is. Ook de samenkomst in een cultureel centrum en niet in een psychiatrisch ziekenhuis maakt een wereld van verschil. Er zijn mensen die ik herken, maar ik blijf hun naam schuldig, ze hoeven zich ook niet in te schrijven.

En het is gratis! Dat maakt het allemaal heel laagdrempelig. Mensen ontmoeten elkaar daar op gelijke voet. De hulpverleners zijn daar gewoon aanwezig zonder *speciaal bordje*, los van hun bureau en de heel officiële werksfeer.

Er worden geen aanwezigheidslijsten ingevuld?

Nee, alles is volledig vrijblijvend. We trekken op die manier ook mensen aan die anders niet zouden komen. Voor veel mensen, zeker in de beginfase, is dit belangrijk! Mensen die niet gewoon zijn om naar dergelijke bijeenkomsten te gaan en die het toch een keer wagen, komen hier dan tot hun opluchting in een heel ongedwongen sfeer terecht. Ze raken makkelijk aan de praat en kunnen heel spontaan hun verhaal kwijt aan mensen die ze niet kennen. Een beperkte inleiding volstaat om de verhalen te laten losbranden de gekozen thema's blijken interessant. Sommigen worden eerst alleen aangetrokken door het voorprogramma, met soms een

bekend iemand. Maar eenmaal dat ze er zijn, worden ze toch betrokken bij de rest, het eigenlijke Praatkaffee.

De grote belangstelling werkt voor ons ook stimulerend. Voor ons is De Stem op een heel goed moment gekomen. We begonnen onze motivatie te verliezen. Het was tijd dat er iets nieuws kwam dat dan nog aansloeg ook. Ik vraag mij wel af of we ook niet minder opkomst hebben in andere activiteiten door het succes van De Stem.

Het is wel een ander publiek?

Inderdaad, we zien daar weinig mensen van de vroegere steungroep bijvoorbeeld, die groep bestond al jaren uit dezelfde mensen. Nu bereiken we nieuwe. Verder lid worden van Similes of onze andere infoavond volgen, is in dit stadium nog te vroeg maar wel een mooie aanloop.

Het eerste deel van het Praatkaffee is geen klassieke informatieavond, maar een eigentijdse en ontspannen manier om een gesprek op gang te trekken. Er komt toch iedere keer wel een lid bij. Voor onze ontspanningsactiviteiten hebben we ook de grootste opkomst! In samenwerking organiseren we om de zes maanden een ontspanningsactiviteit.

Dan gaat het een keer niet over ziekten, behandelingen, problemen, enz. Maar op zo'n wandeling bijvoorbeeld, babbelt iedereen toch met iedereen, ook over die zaken, maar het is toch meer ontspannen en losser. Dat geldt ook voor De Stem. Mensen zitten aan tafels van acht, er is geen formele leiding en het gesprek komt vanzelf op gang en kan alle kanten uit. Dat voelt heel anders dan bij een voordracht waarbij mensen dan achteraf vanuit de zaal vragen mogen stellen.

Loopt het nooit uit de hand?

Dankzij onze aanwezigheid, en zeker die van de professionelen, blijft het altijd een gesprek. Iemand kan wel eens verhit raken, maar het blijft binnen de perken. De hele sfeer is ook vriendelijk. We hebben de zaal iedere keer mooi aangekleed. Het is een beetje een feestzaal en mensen voelen zich welkom. Ze kunnen er iets bestellen aan de bar.

Dankzij deze samenwerking hebben jullie misschien ook meer middelen?

Als kring kunnen wij tegenwoordig een heleboel sprekers niet uitnodigen omdat ze voor ons te duur zijn. Maar voor De Stem is dat anders. Alles wordt betaald door het Overlegplatform. Er hangt ook veel af van de spreker(s) in dat eerste deel.