



NIEUWE GROEP OVER SEKSUALITEIT EN INTIMITEIT

Jessica van Dongen, Aleece Roosen en Annelore van Heelsbergen zijn bezig geweest met het ontwikkelen van een nieuwe cursus bij ABC over seksualiteit en intimiteit. We willen graag laten weten dat iedereen met begeleiding kan praten over dit onderwerp. Daarnaast biedt de groep mogelijkheid om vragen te stellen en ervaringen te delen.

We vinden het erg belangrijk dat jullie weten dat wanneer het over onderwerpen gaat die wat lastiger te bespreken zijn, je dit kunt doen met medecliënten van hetzelfde geslacht. Een deel van de cursus zullen we dan ook enkel met vrouwen en een deel enkel met mannen houden. Aan de hand van een spel, speciaal ontwikkeld voor mannen of vrouwen, raken we aan de praat over verschillende onderwerpen. Bij mannen bijvoorbeeld over vrienden en meisjes,

bij vrouwen over weerbaarheid en relaties. Ook zal er een aantal bijeenkomsten zijn voor alle deelnemers samen. Bij deze bijeenkomsten worden wat meer algemene thema's besproken, bijvoorbeeld seksualiteit en religie. Ook zullen we ingaan op emoties en geven we je de gelegenheid om hierover te praten. Echter wat je niet wilt vertellen hoeft je ook niet te vertellen. Je veilig voelen staat voorop! Op dit moment weten we nog niet wanneer de groep

gaat starten. Als dit bekend is kan je je opgeven via je casemanager!

NAAM VOOR DE GROEP We zijn nog op zoek naar een goede, pakkende naam voor deze groep. Mocht je een idee hebben, laat het dan weten aan je casemanager.

Meer informatie over deze nieuwe groep kun je krijgen via je casemanager of bij Jessica, Aleece of Annelore.



NIEUWE FAMILIEGROEP START IN SEPTEMBER 2011

In september 2011 start er weer een nieuwe groep groepsfamiliebegeleiding, ook wel de familiegroep genoemd. Groepsfamiliebegeleiding heeft tot doel dat familieleden zich minder belast voelen door het geven van meer informatie over psychotische kwetsbaarheid. Door de begeleiding voelen ze zich beter in staat tot het vinden van oplossingen voor situaties die spanning geven, leren ze gebruik te maken van elkaars ervaringen en actief aandacht te geven aan hun eigen leven (werk, hobby's, vriendschappen e.d.). Uitgebreidere informatie over groepsfamiliebegeleiding vindt u op de website www.altrecht.nl/abc > voor familie.

Als u belangstelling hebt voor deelname aan de familiegroep kunt u dit doorgeven aan de casemanager of persoonlijk begeleider. Er wordt dan contact met u opgenomen voor een kennismakinggesprek.



Ben je overgestapt naar een andere ziektekostenverzekeraar?

Of heeft je ziektekostenverzekeraar zelf wijzigingen aangebracht, bijvoorbeeld in het polisnummer? Laat het dan weten aan je casemanager of persoonlijk begeleider.

TRAIN JE MEE VOOR DE MALIEBAANLOOP?

Iedere week op maandagavond gaat een groepje cliënten van ABC hardlopen onder leiding van Aleece Roosen. Natuurlijk doen cliënten mee, omdat het goed is voor hun conditie, maar de hardlooptraining heeft ook een ander doel, namelijk deelname aan de Maliebaanloop.

Dit Utrechtse loopevenement vindt dit jaar voor de 27e keer plaats en wordt gehouden op 16 oktober. Je kunt je inschrijven voor twee afstanden: zes of tien kilometer. Altrecht is een van de deelnemers.

Aleece: "We hebben drie avonden gelopen met zo'n elf deelnemers. Het is echt een hele leuke, enthousiaste groep". "Rennen voor een goed doel motiveert en in groepsverband is het veel leuker dan alleen hard-



lopen. Het loopschema wordt rustig opgebouwd, je kunt je eigen tempo volgen", aldus de deelnemende cliënten.

Instromen is altijd mogelijk, nieuwe deelnemers zijn van harte welkom.

Heb je ook zin om mee te gaan hardlopen? Dan kun je je opgeven bij Aleece, of je naam opschrijven op de lijst die in het verpleegkantoor hangt.

VEEL BELANGSTELLING VOOR FAMILIEAVOND OVER INACTIVITEIT

Maandagavond 14 maart 2011 vond een zeer druk bezochte en succesvolle familiebijeenkomst plaats bij ABC. Het thema was: inactiviteit; onwil of onvermogen.

Lees het verslag op www.altrecht.nl/abc > voor familie.



PARKEREN EN AFSPRAAK BIJ ABC



Als u overdag een afspraak hebt bij ABC is het helaas niet mogelijk om uw auto te parkeren in de parkeergarage van het Willem Arntsz Huis. U dient dan gebruik te maken van een van de openbare parkeerplaatsen in de omgeving van ABC. Als u 's avonds een afspraak heeft bij ABC kunt u wel gebruik maken van de parkeergarage van het Willem Arntsz Huis.

WAT DOET HET KLINISCH TEAM VOOR DE CLIËNTEN VAN ABC?

Het klinisch team van ABC biedt 24-uurs zorg aan de cliënten die zijn opgenomen in de huizen aan de Lange Nieuwstraat. Het team bestaat uit verpleegkundigen en sociaal-pedagogisch hulpverleners (SPH). Daarnaast zijn er ook altijd stagiaires en leerlingen die de opleiding tot SPH, verpleegkundige of maatschappelijk werk volgen. Samen vormen we een veelzijdig team met veel ervaring in het begeleiden van klinische cliënten en hun familie.

In de kliniek helpen we de cliënten vooral bij het stellen van rehabilitatiedoelen en aanleren van vaardigheden op het gebied van wonen. In de twee groepen op Lange Nieuwstraat 52 en 52a werken de cliënten samen aan het huishouden waar ze ieder hun eigen taken hebben. In overleg met hun persoonlijk begeleider (één van de collega's van het klinisch team) bespreken ze welke doelen en vaardigheden voor hen belangrijk zijn.

Wij als begeleiders ondersteunen de cliënten niet alleen bij het aanleren van vaardigheden, maar dagen hen ook uit om hun grenzen te verleggen. We bespreken met hen welke doelen ze voor zichzelf willen stellen en zetten rehabilitatietrajecten uit, vaak samen met een trajectbegeleider of casemanager.

Naast de rehabilitatiedoelen zijn we in de kliniek ook veel bezig met het observeren en de behandeling van (psychotische) symptomen en bespreken we met cliënten wat hun ziekte voor hen betekent en hoe ze er het beste mee om kunnen gaan. Dit is vaak erg moeilijk en leidt veelvuldig tot gesprekken aan tafel, in de tuin of op ons kantoor. Het is fijn dat er tijdens een

klinische opname geregeld ruimte is om met cliënten gesprekken te hebben over hun wensen en doelen, maar ook hoe hun problemen die soms in de weg staan en



hoe ze daar mee om proberen te gaan. Tenslotte zijn we buiten kantoor tijden ook aanspreekpunt voor ambulante cliënten wanneer er problemen of vragen zijn die niet tot de volgende dag kunnen wachten. Uiteraard hopen we dat het niet te vaak gebeurt, maar als het nodig is dan zijn we er 24 uur per dag!

TOP VWS BEZOEKT ABC

Onlangs bezocht vrijwel de complete ambtelijke top van het Ministerie van VWS ABC. Het bezoek was onderdeel van een breder bezoek op eigen initiatief aan Altrecht, om kennis te nemen van de nieuwste ontwikkelingen in de ggz en van de visie van Altrecht op actuele thema's.

Het bezoek aan ABC vormde het hoogtepunt. De Haagse gasten werden geraakt door de openheid waarmee enkele cliënten vertelden over hun indrukwekkende levensverhaal, hun positieve ervaringen met ABC en hun energie en motivatie om hun leven weer helemaal op de rails te krijgen.

Altrecht vindt het belangrijk om het eigen geluid zoveel mogelijk te laten doorklinken bij allerlei externe relaties, en zeker ook bij de politiek. Hoe zichtbaarder we zijn, hoe groter de kans dat beslissers de voor de ggz juiste beslissingen nemen. Daar heeft dit werkbezoek zeker een stukje aan bijgedragen.

ABC

JONGERENAFDELINGEN ALTRECHT WERKEN SAMEN

OM VROEG PSYCHOTISCHE KLACHTEN OP TE SPOREN

Gemiddeld doen mensen met psychotische klachten er twee jaar over voordat ze de juiste hulp hebben. In die periode hebben ze gemiddeld 3 pogingen gedaan om de juiste hulp voor hun klachten te vinden. Dat is natuurlijk veel te lang!

Net zoals je onderscheid kan maken tussen een somber gevoel en een depressie, maken we bij ABC een onderscheid tussen een verhoogd risico op psychotische klachten en een psychose.

Eerder werd er pas gerichte hulp gegeven als iemand al psychotisch was. Sinds ongeveer een jaar zijn we bezig met het herkennen van mensen die een verhoogd risico lopen op psychoses. Zo kunnen we hen eerder goede hulp aanbieden en daarmee toewerken naar een sneller herstel van deze klachten.

Om deze groep op te sporen is ABC een samenwerking aangegaan met Altrecht Centrum Jongvolwassenen en Altrecht

Jeugd. Hiermee maken we deel uit van een landelijk lopend onderzoek: Early Detection and Intervention Evaluation (EDIE).

Dit landelijke onderzoek richt zich op twee zaken. Ten eerste op de vraag hoe we de kwetsbaarheid voor psychotische klachten zo vroeg mogelijk kunnen herkennen. En ten tweede op de vraag of een specifieke behandeling een eerste psychose kan uitstellen of zelfs voorkomen. Over een jaar zal hier meer over bekend zijn, de eerste resultaten lijken positief.

Gelukkig zullen de meeste van de jongeren uit het EDIE-onderzoek uiteindelijk geen psychose krijgen en zullen sommigen na verloop van tijd ook niet meer

kwetsbaar zijn voor psychotische klachten.

De kleine groep die wel een psychose ontwikkelt krijgt sneller gerichte hulp bij hun klachten.

Bij het EDIE-team zijn met name Jolanda Batist, Tonnie Staring en Tessa Franse betrokken. Hiernaast zijn de psychiaters van ABC voor consultatie beschikbaar. Door deze samenwerking met Altrecht Jeugd en Centrum Jongvolwassenen kunnen we jongeren steeds sneller gerichte hulp bieden. Dit maakt het tot een inspirerende samenwerking!

Meer informatie is te verkrijgen bij Jolanda Batist.



GOED BEZIG! GGZ-JONGEREN OVER OPLEIDING EN WERK



Jongeren met een psychiatrische stoornis hebben er veel baat bij dat er vanaf dag één van de behandeling ook volop aandacht is voor scholing en werk; voor participatie en rehabilitatie dus. Daar gaat het boek 'Goed bezig! GGz-jongeren over opleiding en werk' over. Het eerste exemplaar werd onlangs uitgereikt op Altrecht-afdeling ABC.

Het nieuwe boek, geschreven door Annemarie Kolenberg naar aanleiding van veertien interviews met jongeren met een ernstige psychiatrische stoornis uitgevoerd door het Landelijk Platform GGz, is een krachtig pleidooi voor professionele aandacht voor opleiding en werk direct al bij aanvang van de behandeling. Uit de interviews met de jongeren blijkt hoe belangrijk

'rehabilitatie vanaf dag één' in de ggz voor hen is.

Naast het boek is er een mooie DVD gemaakt waarop 4 jongeren hun ervaringen vertellen. *Het boek 'Goed bezig - GGz-jongeren over opleiding en werk' is compleet te downloaden op de website van het Fonds Psychische Gezondheid, www.psychischegezondheid.nl*

EVEN VOORSTELLEN

IK BEN ARIE ◀ BELO.

In februari 2011 ben ik als Verpleegkundig Specialist in opleiding bij ABC mijn laatste werkervaringjaar begonnen. Mij is direct opgevallen de grote mate van gastvrijheid, inzet en betrokkenheid van de medewerkers van het ABC voor de cliënten. In de kliniek van ABC begeleid ik cliënten bij hun dagelijkse activiteiten, observeer hun lichamelijke gezondheid (waaronder bijwerkingen van de voorgeschreven medicatie) en ondersteun hen in hun rehabilitatietraject. Verder heb ik taken die te maken hebben met de zorgorganisatie, het bevorderen van deskundigheid en doe ik praktijkgericht wetenschappelijk onderzoek naar taxatie-instrumenten voor het risico op suïcide. Ik zie uit naar een verdere kennismaking bij het ABC!

MIJN NAAM IS ◀ KWOK HUNG WONG.

Als arts (in opleiding tot psychiater) werk ik onder supervisie van de psychiaters van het ABC en samen met het hele team om de behandeling/begeleiding vorm te geven. Ik ben aangenaam verrast door het aanbod en de mogelijkheden van het ABC en vind het erg leuk en inspirerend om met jongeren samen te werken aan hun eigen traject.

IK BEN MALOU ◀ REMIJN,

een van de 5 nieuwelingen van ABC. Sinds een paar weken versterk ik het ABC- team op het secretariaat waar ik de vaste secretaresse Toni te hulp schiet bij alle administratieve zaken. Het werk

op het secretariaat bevalt me heel goed, het is een dynamische plek waar veel mensen in en uit lopen wat een lekker beweeglijke en gezellige sfeer creëert. Ik studeer psychologie en vind ABC een erg interessante plek om een kijkje te nemen in de praktijk. Mochten jullie op dinsdag of woensdag naar ABC bellen dan is er een goeie kans dat jullie mij aan de lijn krijgen. Tot dan!

IK BEN ◀ TONNIE STARING.

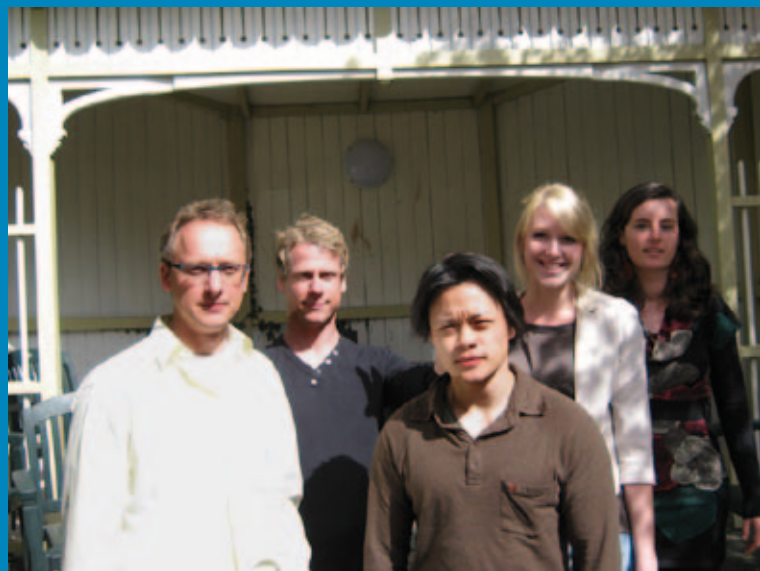
Sinds januari 2011 werk ik bij ABC, in opleiding tot klinisch psycholoog. Bij het ABC geef ik vooral psychologische behandeling aan jongeren met een psychose, maar ook voor jongvolwassenen die een hoog risico hebben om in de toekomst een psychose te krijgen. Verder behandel ik de klachten die iemand naast een psychose kan ontwikkelen, zoals sombere gevoelens, angsten, etc.

Mijn eerste indruk is dat het ABC een leuke en nuttige afdeling is! Ik voel me welkom en zie dat de werknemers dat ook uitstralen naar de cliënten. Dit vind ik belangrijk. De cliënt staat centraal en krijgt een op maat gesneden behandeling. Daarnaast hangt er een professionele sfeer. Iedereen doet wat nodig is, en er wordt volgens de meest recente kennis gewerkt. Ook familieleden worden bij de behandeling betrokken. Zelf heb ik al een keer samen met

collega's een familie-avond mogen organiseren (14 maart). Ik hoop dat ik hiermee heb kunnen bijdragen aan goede informatievoorziening.

MIJN NAAM IS ◀ IVONNE VAN KORVEN,

ik ben 23 jaar en ik zit in het laatste jaar van de opleiding Verpleegkunde aan de Hogeschool Utrecht. Dit is mijn tweede stage binnen



V.L.N.R.: ARIE, TONNIE, KWOK, IVONNE, MALOU

Altrecht. Na deze stage, die eindigt in juni, ben ik klaar met mijn opleiding en krijg ik hopelijk mijn diploma. Ik ben me nog aan het oriënteren op een vervolgopleiding omdat ik nog niet precies weet wat ik hierna wil gaan doen.

Tot nu toe heb ik het erg naar mijn zin op ABC. Ik leer veel over rehabilitatie en deze manier van werken. De doelgroep spreekt me erg aan en de werksfeer is heel gezellig. Ik hoop dat de tweede helft van mijn stage net zo positief wordt als de eerste helft. Tot ziens!

AAN REHABILITATIEDOELEN BIJ ABC



De Individuele Rehabilitatiebenadering (IRB) is erop gericht om mensen met langdurige psychiatrische problemen te helpen bij het kiezen, verkrijgen en behouden van rehabilitatiedoelen op het gebied van werk, leren, sociale contacten en wonen. De effecten van de IRB zijn eerder vanuit Altrecht onderzocht in een gerandomiseerde klinische trial, waaruit bleek dat de IRB meer effectief is dan reguliere begeleiding bij het werken aan rehabilitatiedoelen en dat de benadering sociale participatie (in werk, vrijwilligerswerk, scholing) bevordert.

De resultaten van het onderzoek betekenen dat het zinvol is de IRB meer toe te passen voor de doelgroep, maar dit gebeurt lang niet altijd. Nieuwe methoden zakken vaak weg in de dagelijkse praktijk, waardoor veel cliënten niet de juiste zorg ontvangen.

De ontwikkeling van een zogenaamd fidelity instrument voor IRB moet hierin verbetering brengen. Een dergelijk IRB fidelity instrument moet medewerkers bij voorkeur gedurende het doorlopen van een rehabilitatietraject feedback op hun handelen geven zodat op de beste manier gewerkt wordt.

Vanuit ZONMw is aan Altrecht Willem Arntsz een subsidie van 45.000 euro beschikbaar gesteld om dit instrument te toetsen zodat het breder gebruikt kan worden. Het instrument wordt uitgetoetst bij ABC voor jongeren met een psychotische kwetsbaarheid en bij de RIBW Drenthe. Vanuit Altrecht zijn Tom van Wel, beleidspsycholoog ABC en Wilma Swildens, senior onderzoeker Altrecht Willem Arntsz betrokken.

Meer informatie over het onderzoek is te krijgen bij Tom van Wel.



SAMENWERKINGSBIJEENKOMST

ABC SBWU-LUNETTEN EN SBWU-WEST

Donderdag 7 april jl. vond er een samenwerkingsbijeenkomst plaats tussen de medewerkers van ABC en de medewerkers van de SBWU (beschermd wonen), locaties West en Lunetten.

Ingeborg Siteur, psychiater ABC, startte de middag met een presentatie over de presentatiebenadering. Daarna vertelde trajectbegeleider Venu Nieuwenhuizen over herstelondersteunende zorg. Als laatste presenteerde Sybo Hofstra van de SBWU zijn onderzoek naar de instroom van ABC-cliënten bij de SBWU locatie West.

De 24 aanwezigen gingen vervolgens in vier groepjes uiteen om naar aanleiding van de theorie

een behandelings-/begeleidingsplan op te stellen en die te presenteren. De vier plannen werden vervolgens plenair besproken en over de belangrijkste thema's in de onderlinge samenwerking werd levendig gediscussieerd. Het was een inspirerende en succesvolle bijeenkomst die een belangrijke bijdrage leverde aan de onderlinge samenwerking. Voor de cliëntenzorg betekent het dat de SBWU zich ook gaat verdiepen

en ontwikkelen in de ABC-methode en de begeleiders zullen onderling sneller contact hebben. Ook zal de SBWU een persoonlijk begeleider laten kennismaken met de toekomstige bewoner als deze nog klinisch bij ABC wordt behandeld.

Meer informatie is te krijgen bij Hans den Houdijker, teammanager ambulante.

Contact

Altrecht, ABC, voor jongeren met een psychotische kwetsbaarheid
Postadres: ABC-straat 8, 3512 PX Utrecht
Bezoekadres: Lange Nieuwstraat 52, 3512 PK Utrecht
tel: 030-2399070 / fax: 030- 2399079
www.altrecht.nl/abc

Afdelingsmanagement:

Afdelingsmanager: Fred Marquenie
Afdelingspsychiater: Ingeborg Siteur
Teammanager ambulante zorg: Hans den Houdijker
Teammanager kliniek: Ellen ten Napel