

Hart voor een
geestelijk gezond
Zuid-Limburg

mondriaan

magazine

‘t Consult

“Niet de patiënt
en zijn ziekte,
maar de mens en
zijn welbevinden
staan centraal.”

‘Ik heb ze
gevoeld, de
warmte van
Mondriaan’

David Bade

Uitgave april 2022 | nummer 1

inhoud

04 centraal

Sylvia Heijnen

06 moed

Geert van der Elburg

08 interview

David Bade

10 teamwerk

multidisciplinair team

14 favorieten

Ton Donders

16 samenwerken

Giovanni Coenen en
Harm Wijgergangs

20 't consult

Kittie D'Hoine
en Louis Winants

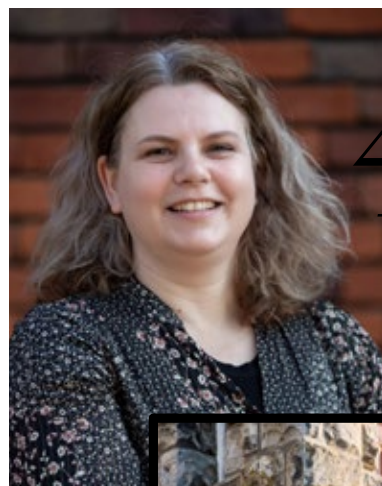
23 op recept

24 open

Rebecca Wijermans
en Chloë Bollen

27 'n leven lang leren

Laura Schrooders



4



16



8

Colofon

Mondriaan Magazine is een uitgave van Mondriaan (www.mondriaan.eu). Het magazine is primair bedoeld voor onze medewerkers, daarnaast voor onze samenwerkingspartners en iedereen die geïnteresseerd is in geestelijke gezondheidszorg.

(Eind)redactie
Stafdienst Marketing
en Communicatie

Tekst
Bas Poell,
Katja Waltmans en
Jeanny L'homme

Fotografie
Katja Waltmans,
Nadine van Mierlo en
Jeanny L'homme

Vormgeving
Ivana Bouwman

Cartoon
Geert van der Elburg

Uitgave
april 2022

Contact
communicatie@mondriaan.eu
088 506 69 80

Mondriaan is een grote organisatie voor geestelijke gezondheidszorg in Zuid-Limburg. We hebben speciale behandelprogramma's voor kinderen, jeugdigen, volwassenen en ouderen met psychische of psychiatrische klachten en voor mensen met verslavingsproblemen. Daarnaast biedt Mondriaan forensische psychiatrie. En we bieden preventie in de vorm van cursussen, (zelfhulp)trainingen en voorlichting.



Jean-Paul Essers
Voorzitter
Raad van Bestuur
Mondriaan

Het is tijd

om de bescheidenheid van ons af te werpen.

De ggz heeft niets te verbergen. Integendeel: ze verdient een plaats in de volle schijnwerpers. Voor je ligt de eerste editie van het Mondriaan Magazine. Een magazine van en voor onze ggz-medewerkers, samenwerkende partners en iedereen die geïnteresseerd is in geestelijke gezondheidszorg. Twee keer per jaar gaan we in woord en beeld laten zien wie onze ggz-professionals zijn. Welke expertise we in huis hebben en wat we voor onze patiënten elke dag uit de kast halen. Geloof me: dat liegt er niet om. Dit eerste nummer staat in het teken van verbinding. Als de afgelopen twee jaar ons iets hebben geleerd, dan is het wel dat we ongelooflijk trots mogen zijn. Trots op de inspanningen die we binnen Mondriaan en daarbuiten leveren voor een geestelijk gezond Zuid-Limburg. De coronapandemie bracht het beste in onze mensen naar boven. Als één ggz-team hielden we elkaar vast en trotseerden we de storm. Dat gevoel houden we levend. Ook nu de gezondheidscrisis voorbij lijkt, maar de personele bezetting nog bijzonder krap is, staan we schouder aan schouder. Met dezelfde kracht en flexibiliteit pakken we de uitdagingen op van vandaag en morgen. Overal waar het kan zoeken we de verbinding. Naar buiten toe bundelen we als netwerkorganisatie de krachten bij het realiseren van onze strategische koers. Maar ook intern leggen we verbindingen. Met elkaar als collega's. Richting patiënten en hun naasten. Daarnaast bouwen we bruggen tussen alle diensten en activiteiten die we die we in Zuid-Limburg verzorgen. Hoogcomplex zorg, ggz in de wijk, positieve gezondheid en preventie, verslavingszorg of spoedeisende psychiatrie: er gebeurt zoveel moois binnen Mondriaan. Daarom is er nu het Mondriaan Magazine. Om die positieve energie en die inspirerende verhalen te delen.

Laat je verrassen. Veel leesplezier!

#ikbenjeanpaul

Sylvia Heijnen over
werken in coronatijd

*“Wat wij
binnen
Mondriaan
gepresteerd
hebben is
niet normaal”*

De afgelopen twee jaar waren op z'n zachtst gezegd uitzonderlijk.

Corona bracht naast heel veel leed ook iets moois. Met zorgdirecteur Ouderen Sylvia Heijnen blikken we terug op een periode van ongeken- de saamhorigheid.

We gaan terug naar maart 2020. Nog voordat de eerste, landelijke coronamaatregelen zijn afgekondigd, verkeert Mondriaan al in opperste staat van paraatheid. Om het gevreesde virus buiten de deur te houden, wordt een crisisteam opgericht. Een dag later gaat de deur van Wijerode, de kliniek voor ouderen, voor de buitenwereld op slot.

IN VERBINDING

Als zorgdirecteur Ouderen schuift Sylvia Heijnen die eerste weken dagelijks aan bij het crisisonderleg. “Wat de ministers in het groot voor het hele land deden, deden wij in het klein voor Mondriaan. Met de kennis die voorhanden was, namen we maatregelen om iedereen zo goed mogelijk te beschermen. De zorgen waren groot, ook bij mij. Gaan onze patiënten ziek worden? Blijven we zelf gezond? Hebben we alles goed geregeld? Kunnen we nog wel goede zorg blijven leveren?”

In een tijd vol stress en onzekerheid houden de medewerkers binnen Mondriaan de rug recht. Sylvia: “We bleven in verbinding met elkaar en deelden onze ervaringen, open en transparant. Iedereen stond voor elkaar klaar, niets was teveel. De planner van de flexpool was bijna dag en nacht bereikbaar. Het management stond voortdurend in contact met het crisisteam en onze professionals op het gebied van infectiepreventie. En die collectieve inspanningen hadden effect. Op enkele diep tragische incidenten na bleef het aantal ziektegevallen beperkt. Een uitzonderlijke prestatie.”

ONLINE CONTACT

In de coronatijd, toen fysiek contact niet mogelijk was, ontdekten collega's binnen Mondriaan massaal de voordelen van het beeldbellen. “Vóór corona maakten we met patiënten en voor overleggen vrijwel standaard een afspraak op locatie. Nu vinden steeds meer contacten online plaats. Daardoor is de reistijd drastisch ingeperkt en kunnen we veel efficiënter werken. Toen corona uitbrak, waren we al gestart met een online behandelpoli voor volwassenden. Die ervaringen zijn zeer positief. Door corona is beeldbellen gemeengoed geworden. In het licht van de krappe arbeidsmarkt alle reden dus om die digitale mogelijkheden verder te verkennen en te benutten”, vertelt Sylvia die namens de directie lid is van de commissie Zorg & ICT.

DE LES VAN CORONA

Nu de coronastorm zijn einde nadert, dringt het besef door hoe uitzonderlijk de afgelopen twee jaar zijn geweest. De angst om besmet te raken. Het bezoekverbod en het wegvallen van sociale activiteiten. Zowel voor patiënten als medewerkers was de impact enorm, zegt Sylvia. “Ik heb me regelmatig zorgen gemaakt of we niet teveel van onze collega's vroegen. Maar bovenal voelde ik bewondering. Ze bleven maar doorgaan. Het is goed om te beseffen dat het niet normaal is wat we toen deden. We zijn gespecialiseerd in ggz-zorg, niet in coronazorg. Het is nu zaak om onze energie weer te richten op onze hoofdtaak: het helpen van mensen die psychisch in de knel zijn geraakt. Zonder onszelf voorbij te lopen. Met aandacht en respect voor elkaar. De afgelopen twee jaar hebben ons geleerd hoe belangrijk dat is. Laten we dat gevoel vasthouden.” ●



“Wie echt
moed hebben,
zijn onze
aller ziekste
patiënten.
Moed is
nodig om vol
te houden.”

moed

GEERT VAN DER ELBURG, 54 JAAR
ERVARINGSDESKUNDIGE
BUREAU HERSTEL, SECTOR PREVENTIE & PARTICIPATIE

Geert, vader van twee volwassen kinderen, groeide op in Rotterdam. Na zijn militaire dienst werkte hij als drukker en later in de grafische vormgeving. Nadat Geert ziek werd deed hij MBO-v en later volgde hij de opleiding tot ervaringsdeskundige. Voor de liefde verhuisde hij naar het zuiden. In zijn vrije tijd maakt Geert cartoons. De cursus Marokkaans ligt nog op de plank...

WANNEER WIST JE: NU HEB IK HULP NODIG?

“We hadden twee jonge kinderen, een nieuw huis en ik was chef geworden bij de drukkerij. Die laatste rol paste totaal niet bij me. Ik was 34 jaar en ik voelde me raar en was continu op mijn hoede. Ik was zenuwachtig en de adrenaline gierde door mijn lijf. Ik heb de huisarts om hulp gevraagd, met in het achterhoofd dat mijn moeder ooit een psychose had. Dadelijk ga ik dezelfde kant op, dacht ik. De huisarts constateerde een depressie. Later bleek het een ernstige burn-out te zijn. Hij schreef dus verkeerde medicatie voor. Ik raakte in een psychose. Het was net alsof ik in een film zat; alsof iemand anders je overneemt.”

WAAR KREEG JE DE HULP DIE JE NODIG HAD EN WAT HIELP JE ER BOVENOP?

“Ik was zo agressief naar mezelf en anderen dat ik een jaar lang opgenomen werd in een psychiatrisch ziekenhuis. Daar zat ik de eerste zes weken in een separeercel. Ik voelde me een monster en had een vreselijk laag zelfbeeld. Vrienden en familie bleven bevestigen dat ik tijdens mijn ziekte niet mijn ware ik was. Samen met de verpleegkundigen die zagen wie ik werkelijk was, hebben zij me gered. Daaruit putte ik de kracht om er bovenop te komen.”

JE HERSTELDE. EN TOEN?

“Voor mij was het niet acceptabel om alleen met de negativiteit te blijven zitten. Ik ben dankbaar dat ik nu ben waar ik ben. Om een positieve wending aan deze gebeurtenis te geven, ben ik dit werk als ervaringsdeskundige gaan doen. Ik wil alleen betekenisvol werk doen. Nu werk ik hoofdzakelijk op de HIC (High Intensive Care). De eenzaamheid die ik zie, is soms hartverscheurend. Ik had het geluk dat ik een netwerk had en hield. Mijn verhaal bewijst dat een ziekteperiode een momentopname is. Het is een fractie van wat je nog voor je hebt. Je kunt mensen niet beloven dat ze beter worden. Ik benoem nu vooral dingen die mensen verder kunnen helpen. Er is altijd een perspectief; klein of groot.” ●

Bureau Herstel verzorgt de inzet van ervaringsdeskundigheid binnen Mondriaan en bij externe partijen. Bureau Herstel levert daarnaast gratis cursussen voor cliënten. **Heb je vragen?**
bureauherstel@mondriaan.eu

interview

David Bade

TIJDENS DE WEEK VAN DE PSYCHIATRIE WAS HET RESTAURANT VAN MONDRIAAN IN HEERLEN HET DECOR VAN EEN BIJZONDER KUNSTPROJECT. BEELDEND KUNSTENAAR DAVID BADE GING HIER IN GESPREK MET DIVERSE PATIËNTEN, MEDEWERKERS EN VRIJWILLIGERS. HUN VERHALEN LEGDE HIJ TER PLEKKE VAST IN EEN LEVENSGROOT SCHILDERIJ. WAT HEM VAN DIE ONTMOETINGEN HET MEEST IS BIJGEBLEVEN? “ONDANKS DE SOMS DONKERE WERKELIJKHEID DOEN MENSEN BIJ MONDRIAAN HUN WERK MET ONGELOOFLIJK VEEL POSITIVISME.”



Al sinds 2013 reist hij vanuit zijn geboorte-eiland Curaçao met regelmaat naar Parkstad om te werken aan zijn levenslange project ‘David Bade tekent Heerlen onder de tafel’. De kunstenaar volgt inwoners en verwerkt zijn indrukken tot kunstwerken die als stukjes Heerlens DNA ondergebracht worden bij museum Schunck.

Voor de negende editie van dit project hield David Bade vorige maand openbaar atelier bij Mondriaan. Het werd voor hem een feestje van herkenning. Op Curaçao is Bade de geestelijk vader van het Instituto Bueno Bista, een kunsteducatieprogramma voor jong talent dat gesitueerd is aan de rand van een psychiatrische kliniek. “ggz-patiënten nemen deel aan onze workshops of komen op een andere manier in aanraking met kunst. Studenten leiden we op met het besef dat geluk niet vanzelfsprekend is en dat het belangrijk is om je omgeving deelgenoot te maken van je talent. Dat leidt tot prachtige kruisbestuivingen.”

HET ECHTE LEVEN

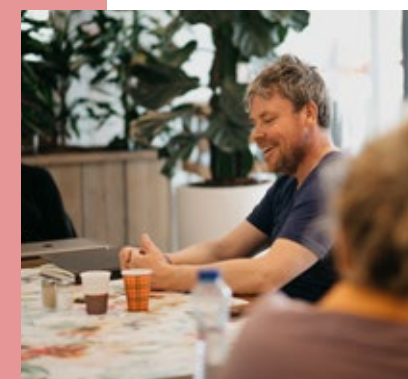
In zijn tijdelijke atelier bij Mondriaan gebeurde hetzelfde. David ontmoette er mensen van alle rangen en standen. Cliënten, psychologen, verslavingsartsen, muziektherapeuten, maar bijvoorbeeld ook een schoonmaker, ICT-medewerker en een lid van de familieraad. “Uit de gesprekken kwam naar voren hoe noodzakelijk het bestaan van Mondriaan is. Letterlijk. De nood is hier vaak hoog. De mensen die hier komen om zorg te ontvangen of bieden, zijn zich er als geen ander van bewust dat het leven niet altijd rooskleurig is. Bij Mondriaan worden geen spelletjes gespeeld, hier zie je het echte leven. Nergens anders is de waarheid zo dichtbij. Verder heb ik de warmte ervaren. De medewerkers doen hun werk met grote betrokkenheid en heel veel positivisme. Dat voelde ik in mijn gesprekken met cliënten en therapeuten”, memoreert David.

Mondriaan biedt aanvullend op de behandeling onder andere vaktherapie. Er wordt methodisch en doelgericht gewerkt volgens een deelbehandelplan. De nadruk ligt niet op het praten, maar op het doen. Er is dramatherapie, muziektherapie, beeldende- en psychomotorische therapie. **Wil je meer weten?** therapieopmaat@mondriaan.eu

“IK HEB ZE
GEVOELD,
DE WARMTE
VAN
MONDRIAAN”

De beelden die al pratend in zijn hoofd ontstonden, vertaalde hij naar het doek. En zo ontstond er onder toezien van restaurantbezoekers een kunstwerk dat elke dag in omvang en betekenis groeide. Het kleurrijke veelluik werd 25 maart, ter afsluiting van de Week van de Psychiatrie, onthuld. Het werk blijft nog een tijdje in bruikleen bij Mondriaan en wordt dan toegevoegd aan de kunstcollectie van Schunck. David: “Hoe mooi zou het zijn als er na mij weer iemand anders komt die de mensen met kunst in aanraking brengt. Naast de bestaande creatieve therapieën is er nog zoveel meer mogelijk. Je zou kunst doorlopend een plek kunnen geven en intensief kunnen betrekken bij alle mogelijke zorgtrajecten. Dat is wat we op Curaçao doen. Ik wil kunst voor iedereen toegankelijk maken. De interactie die hieruit ontstaat, is prachtig en ongelooflijk waardevol.” ●

Foto's door Dani Silvia



teamWERK

THIJS WERKT SINDS ZIJN VIJFTIENDE IN DE HORECA. KOKEN IS ZIJN LEVEN, MAAR VORIG JAAR GING HET MIS: “IK MOEST EEN FOREL KRUIDEN, MAAR DAT LUKTE NIET MEER. IK RAAKTE IN PANIEK.” DE VAN NATURE OPGEWEKTE THIJS KREEG LAST VAN PANIEKAANVALLEN, SLAAPPROBLEMEN EN PIEKERDE VEEL.



**Maarten
Bak**
Psychiater

“Thijs kwam bij ons na verwijzing door zijn huisarts. Ik heb regelmatig contact met deze huisarts en hij maakte zich zorgen. Het ging niet goed met hem, maar wat was het precies? Daarom is Thijs laagdrempelig in zorg genomen. Thijs trok zich steeds meer terug. Hij voelde zich niet veilig, hij durfde niet meer te werken en was stilgevallen. Na de eerste gesprekken met Milou en mij bleek dat de inzet van een multidisciplinair team nodig was. Thijs had problemen op meerder levensgebieden, zoals wonen en

werken. Hij miste de structuur en kreeg zaken niet goed meer geregeld. Naast gesprekken met Milou heb ik hem op medicatie ingesteld en bleef ik het traject van Thijs volgen vanuit mijn rol als regiebehandelaar. Daarnaast hebben we Petra ingezet voor structuur, wat ook van belang was bij medicatie-inname. Mariska was van belang voor het behoud van zijn werk en zorgen dat dat goed werd afgestemd met zijn mogelijkheden. En het Daghospitaal was een belangrijke aanvulling.”



**Milou
Odekerken**
Psycholoog

“Als psycholoog binnen het FACT team zet ik mij in op verschillende gebieden zoals co-behandeling, voeren van ondersteunende gesprekken en diagnostiek. In eerste instantie dachten we dat we Thijs met een aantal gesprekken weer op weg konden helpen. Hij gaf aan veel last te hebben van piekeren en constant in zijn hoofd te zitten, waar ik hem praktische tips voor heb gegeven. Er bleek meer aan de hand, want Thijs leek steeds meer vast te lopen bij alledaagse handelingen zoals koken en boodschappen

doen. Vanwege corona viel zijn werk in de horeca tijdelijk stil en daarmee verloor Thijs een groot deel van zijn structuur. Gaandeweg werd mijn rol daarom breder en ben ik Thijs ook thuis gaan bezoeken, om hem daar te ondersteunen. Ook heb ik een van zijn goede vrienden mogen ontmoeten. Het is heel mooi om te zien dat Thijs veel lieve mensen om zich heen heeft waar hij op kan bouwen. Om de structuur weer op te bouwen, hebben we besloten om Thijs te laten starten bij het Daghospitaal. Hier kan hij

sporten, koken en groepstherapie volgen. Daarnaast is er ruimte voor een wandeling, een praatje of een spelletje. Dit was voor Thijs de juiste plek om weer in een gezond ritme te komen en onder de mensen te zijn. “

“Ik kwam bij Thijs thuis om samen met hem structuur in zijn dagelijkse leven aan te brengen. Zaken die normaal vanzelf gingen, zoals de keuken opruimen, de was doen, een boodschappenlijst maken en koken, waren niet meer vanzelfsprekend. Thijs wilde wel, bezat ook de vaardigheden, maar hij kwam niet op gang. Ik noemde het weleens dat de “startmotor” haperde. Door een dagstructuur te maken en dingen samen te doen, de zo genaamde “hand-in-hand-begeleiding”, ontstond er langzaam verandering. ➤



**Petra
Speetjens**
PIT verpleegkundige

“Onze kracht zit in de samenwerking!”



Mariska Bleijenberg
IPS-trajectbegeleider



Thijs Luyten
Cliënt

Hij kwam weer op gang en merkte dat dingen weer gingen lukken. Daarnaast heb ik Thijs gemotiveerd om medicatie een kans te geven. Hij vond het lastig om medicatie te gaan nemen. Toen hij veel bijwerkingen kreeg, viel het nemen van de medicatie hem zwaar. In overleg met Maarten hebben we de medicatie aangepast en een opbouwschema gemaakt. Dit werkte. Thijs kwam meer in beweging, voelde zich beter, minder angstig en geremd, te merken aan de initiatieven die hij nam. De humor kwam weer terug. Thijs gaf aan zich meer en meer zichzelf te voelen.”

“Als trajectbegeleider richt ik me op maatschappelijk herstel. Voor Thijs vertaalt zich dat in het terugkeren naar zijn baan als kok in een restaurant. Samen met Thijs, de bedrijfsarts en de werkgever proberen we dat te realiseren. Hiervoor is een goede samenwerking met de werkgever cruciaal. Daarom ben ik gaan kennismaken met de werkgever en heb ik er uitleg gegeven over de psychische kwetsbaarheid van Thijs. Zo ontstaan begrip en samenwerking. Ondertussen is Thijs middels een opbouwschema weer aan het werk en zet hij stappen in zijn herstel. Langzaam krijgt hij weer vertrouwen in zijn eigen kunnen. Weer aan het werk zijn, doet hem goed.”

“Het herstel gaat me soms te langzaam, dat frustreert. Dan ben ik bang: Kan ik nog terug naar mijn oude werkplek? Het daghospitaal is erg fijn, daar kan ik zonder tijdsdruk oefenen wat ik straks in mijn werk ook weer moet doen. Ik raakte toch weer even in paniek, doordat ik niet meer wist wat ik met die lap deeg moest doen. Maar Peggy sprong bij en stelde me weer gerust. Zo krijg ik steeds meer vertrouwen dat het goed komt. Ik heb nu zes dagen per week iets op het programma. Dat is wel vermoeiend, maar op zondag kan ik aardappelen.” Thijs lacht om zijn eigen grap en knipoogt: “Chillen, aardappels schillen!”

CARTOON @ Geert van der Elburg



Maak kennis met cartoonist Geert. Op pagina 6 vertelt hij in de rubriek **moed** openhartig zijn verhaal.

**ZET JE
JOUW
LIEVELINGS
NUMMER
ERBIJ?**

knudos

voor
**Michael
Riese**



“Op Michael kun je echt bouwen!” zegt Patrick Delissen, coördinator catering. “Zijn teamgenoten in het restaurant in Heerlen dragen deze bijzondere vrijwilliger op handen. Al ruim 11 jaar zorgt hij vier dagen per week voor schoon servies in het restaurant in Heerlen.”

**Wist je dat
Mondriaan een eigen
muzieklijst heeft?**

Zet het volume op 10 en doe je gekste dansje! In tijden van corona begonnen als ‘Mondriaan thuiswerk vibes’, maar nu hernoemd naar **#ikbenmondriaan**



favorieten

IN DEZE RUBRIEK LEER JE ONZE MEDEWERKERS ANDERS KENNEN. HOE ZIJN ZE PRIVÉ: WAT ZIJN HUN FAVORIETE PLEKKEN OF BEZIGHEDEN?



Ton Donders is directeur Volwassenenzorg bij Mondriaan en voelt zich binnen dit “dynamische werkveld met gemeenten en concullega’s als een vis in het water.” In een kleurig schilderij dat, in zijn werkkamer thuis, achter hem hangt staan drie korte zinnen. Bewogen door mensen, ontwikkeling door kennis en gedreven door passie. Dit is Ton in een notendop. “Geit neet, besteit neet!” lacht hij. “Weerstand zorgt er juist voor dat ik nóg harder ga lopen.”



#ikbenton

De 61-jarige relatiemanager, zoals hij zichzelf noemt, is geboren en getogen in Heythuysen, een klein kerkdorp in de gemeente Leudal in Midden-Limburg. Ton begon ooit als docent Nederlands en Engels, na een studie pedagogiek werkte hij als groepsleider in de gespecialiseerde jeugdzorg. Al snel klom hij op tot directieniveau, ondertussen steeds weer bezig om zijn kennis aan te vullen en uit te breiden. Op dit moment volgt hij een collegereeks Business Development op Nyenrode. “Kennis is belangrijk, maar de passie om mensen te verbinden vormt de rode draad in alles wat ik doe, ook privé.”

“Ik sta dagelijks om vijf uur op, anders kom ik uren te kort om alles te doen wat ik leuk vind.”

Als het gaat om de huidige tekorten aan psychiaters en regiebehandelaren, ziet Ton de oplossing in opleiding, innovatie en ontwikkeling. “Er zijn gewoon te weinig psychiaters. Dus moeten we zelf gaan opleiden! We zoeken daarvoor de samenwerking op met de universiteit in Maastricht en het Academisch Ziekenhuis. Op deze manier zijn we een interessante werkgever en kunnen we goede professionals behouden.”

UIT MIJN HOOFD

In zijn vrije tijd is Ton liefst actief bezig: “Tv kijk ik nauwelijks”. Achterin zijn royale tuin staat een bescheiden atelier, waar hij graag zijn creatieve kant tot uiting laat komen in kleurige schilderijen, glazuurkunst en keramische beelden. “Ik maak geen hoogstaande kunst, het is meer bedoeld om uit mijn hoofd te komen. Zo reset ik mijn harde schijf.” Het gezin vertoeft graag in de tuin, die exotisch aandoet met palm-boompjes, een strandje en een buitenbar. Een bordje verwijst subtiel naar de familienaam: Dundee Beach.

SINT ANTONIUS BELTMOLEN

Vanuit zijn woning, die hij in 1985 grotendeels zelf bouwde en nu grootschalig wordt verbouwd, kijkt Ton uit op deze korenmol, die nog in bedrijf is. “Deze molen ken ik al mijn hele leven. We zijn naamgenoten en beide thuis in de Sint Antoniusstraat, da’s toch bijzonder?”

VRIENDENCLUB

Elke maandagavond wordt skaat gespeeld, al sinds de brugklas van de middelbare school. Acht vrienden die elkaar kennen sinds de kleuterschool. “Ook de vrouwen kunnen het goed met elkaar vinden, we gaan jaarlijks met zijn allen op citytrip, ik besef dat dit best bijzonder is.” Ton speelt verder handbal en kookt graag. “We hebben een mannenkookclub Cuisine Culinaire, daarin zoeken we de verfijning op. Regelmatig koken we bij een van de leden thuis voor onze vrouwen.”

“Ik ben graag actief bezig, zo kom ik uit mijn hoofd en reset ik mijn harde schijf.”

LIONSCLUB

Dat Ton wordt bewogen door mensen komt ook tot uiting in zijn activiteiten voor de LionsClub. Twee keer per maand komen de mannen bijeen om te bespreken welke maatschappelijke doelen ze willen steunen. “Dat doen we ook fysiek. Regelmatig steken we zelf de handen uit de mouwen en staan we met onze voeten in de klei!” De bijeenkomsten vinden plaats in het restaurant naast bezoekerscentrum Leudal in Haelen. In de voortuin staat dit monument van verdraagzaamheid. ●



“STOP DE DISCUSSIE: WE PAKKEN HET SAMEN OP”

De 16 gemeenten in de regio Zuid-Limburg gaan per 1 juli 2022 meer samenwerken om de zorg aan zeer kwetsbare jeugdigen te verbeteren, de instroom te verminderen en de opnameduur te verkorten. De naam van deze samenwerking is GIKJ-ZL: Gesloten en Intensief Klinische Jeugdhulp Zuid-Limburg. Vier aanbieders werken hierin samen: Koraal, Via Jeugd, Xonar en Mondriaan. **Giovanni Coenen** (Mondriaan Kind en Jeugd) en **Harm Wijgergangs** (Via Jeugd) lichten de samenwerking en hun persoonlijke motivatie toe.



“Als de politiek spreekt over Jeugdzorg, dan komen daar altijd woorden als minder, korter en goedkoper in voor. Dat is toch vreemd als je tegelijkertijd zegt dat de jeugd de toekomst heeft?”

Giovanni is begaan met het lot van kinderen die 'in de shit' zitten. "Ik had vroeger een vriendje waarvan de vader stierf toen wij 12 jaar oud waren. Iedereen vond hem zielig. Toen hij later afgleed en op het foute pad belandde was hij opeens een rot-joch. Ik mocht niet meer met hem omgaan. Dát triggert me, ik wil er ook zijn voor die kinderen." Harm werkt sinds kort als bestuurslid van Via Jeugd in Cadier en Keer, zijn kantoor is gelegen in het monumentale Huize St. Joseph. Hij voelt zich een apostel en wordt gedreven vanuit zijn overtuiging dat we beter voor onze jongeren moeten zorgen. "Als de politiek spreekt over Jeugdzorg, dan komen daar altijd woorden als minder, korter en goedkoper in voor. Dat is toch vreemd als je tegelijkertijd zegt dat de jeugd de toekomst heeft?" Ook hij wil er zijn voor kinderen die gewoon vette pech hebben gehad. "We moeten achter de voordeur kijken en iets dóen, in plaats van steeds meer organisaties optuigen."

"Ik wil er óók zijn voor de rot-jochies!"

Giovanni Coenen
Directeur Mondriaan
Kinderen en Jeugdigen

aangenaam >



< samenwerken



"Een kind dat wil opgeven, moet leren leven"

Harm Wijgergangs
Raad van Bestuur Via Jeugd

Hun missie is duidelijk: Het voorkomen van nog meer trauma's. Meer gebruik maken van elkaars expertise, maar niet door het blijven rondpompen van kinderen. Kennis bundelen en onderling verspreiden door gebruik te maken van elkaars personeel en locaties. "Een kind dat ziek is, heeft psychische hulp nodig. Een kind dat wil opgeven, moet leren leven. De jeugdige moet zoveel mogelijk in zijn of haar eigen omgeving blijven en hulp krijgen, daar waar het nodig is. Dat klinkt simpel, maar helaas is onze wereld in schotten georganiseerd," weet **Harm**. "Het lijkt onmogelijk, maar het moet kunnen." Ook Giovanni ziet de voordelen van GIK-J: "Stop de discussie over waar een kind thuishoort qua behandeling. We pakken het samen op."

Harm en Giovannie zijn het eens: Psychiatrie is geen exacte wetenschap, de context waarin je opgroeit bepaalt voor een groot deel hoe je ontwikkeling verloopt. De scheidslijn tussen gedragsproblematiek en een psychisch ziektebeeld is dun. Ze gaan ook zeker niet wachten tot 1 juli met het in de praktijk brengen van de samenwerking. "Hoezo wachten? Aan de slag! We doen het eigenlijk al jaren, maar nu kunnen we het eindelijk groter aanpakken. Het heeft een naam, er is subsidie en de regels worden aangepast." ●

De ART-methode: samen actief werken aan het herstel

In de rubriek ‘t consult gaat Kittie D’Hoine namens de Raad van Bestuur in gesprek met collega’s die binnen Mondriaan met vernieuwende initiatieven het verschil maken. In deze eerste aflevering schuift ze aan bij Louis Winants, afdelingshoofd in de kliniek Volwassenen in Maastricht. Binnen onze ggz-organisatie is hij ambassadeur en aanjager van de ART-methode, een speciaal herstelprogramma dat nieuw perspectief biedt aan mensen die door ernstige psychiatrische problemen zijn vastgelopen.

Kittie: “Louis, voor degenen die nog niet bekend zijn met deze aanpak: waar staat ART voor?”

Louis: “ART staat voor Active Recovery Triade. Dit betekent dat we als ggz-professionals samen met de patiënt en zijn naasten actief werken aan het herstel. Niet de ziekte staat centraal, we kijken juist naar wat er wél in plaats van niet kan, wat mensen graag willen en nodig hebben. Daarbij proberen we écht contact te leggen en de patiënt zoveel mogelijk zijn eigen keuzes te laten maken.

De ervaringen op onze gesloten en open opname in Maastricht zijn bijzonder positief. Een gastvrije benadering waarbij we er 24 uur per dag voor de patiënt zijn, werkt de-esclerend, merken we. Er zijn minder incidenten en medewerkers hebben meer plezier in hun werk.”

Kittie: “Mooi! Voor ons als bestuurders staat de veiligheid van patiënten en medewerkers voorop. Van oudsher was men binnen de ggz gewend om beheersmatig te werken, om (dreigende) escalaties in de kiem te smoren. Separatie werd vaak als mensonterend en traumatisch ervaren en bleek allerm minst bevorderlijk voor het herstel. Vanuit die negatieve ervaringen is de HIC-methode ontwikkeld. Het uitgangspunt is dat we elke patiënt gastvrij ontvangen, de-esclerend werken en de naasten erbij betrekken. De separeer heeft zoveel mogelijk plaatsgemaakt voor een Extra Beveiligde Kamer waarbij de patiënt dag en nacht in verbinding staat met de verpleging. Niet de patiënt en zijn ziekte, maar de mens en zijn welbevinden staan centraal.”

Louis: “Niet alleen bij een acute, kortdurende opname bewijst deze positieve benadering haar meerwaarde. Ook patiënten die langdurig klinisch behandeld moeten worden, hebben hier veel baat bij. Vanuit de ervaringen op de HIC is daarom enkele jaren geleden het ART-model ontwikkeld. Eenvoudig gezegd, betekent dit dat de deur van de kamer pas op slot gaat wanneer alle andere interventies geen effect sorteren. Gastvrijheid schrijven we met hoofdletters. We hanteren flexibele bezoektijden, staan in goede en slechte tijden klaar voor de patiënt en betrekken de familie nadrukkelijk bij de behandeling. Via landelijke audits worden de resultaten gemeten.” ➤

“De mens staat op 1, niet zijn ziekte”

Kittie: “Eigenlijk zou ART een plekje moeten krijgen in het DNA van elke ggz-professional. Wat is er nodig om dat te bereiken?”

Louis: “Dat begint bij de passie van elke individuele medewerker. Op mijn afdeling spreek ik mensen persoonlijk aan op hun liefde voor het vak. Nieuwkomers neem ik mee in het verhaal van ART. Mijn belangrijkste boodschap: maak je werk leuk. ART zorgt daarvoor omdat je op een heel andere manier in contact staat met de patiënt. Daarnaast geef ik medewerkers de vrijheid om via interactieve trainingen hun kennis te verbreden en probeer ik de verbinding met andere afdelingen te stimuleren, bijvoorbeeld bij de dagbesteding van patiënten. Samen bouwen we aan een vertrouwensband en bekijken we wat iemand nodig heeft om de volgende stap in zijn herstel te kunnen zetten.”

Kittie: “Deze benadering van langdurige ggz-zorg sluit naadloos aan bij onze missie waarin positieve gezondheid centraal staat en getuigt van innovatie-drang. Vanuit ons expertise-centrum stimuleren we onze medewerkers om innovaties te bedenken en verbinden we deze met elkaar. Natuurlijk is het zo dat je de juiste en ook voldoende mensen moet hebben om ART tot een succes te maken, dat geldt ook voor de HIC. Naast de personeels-krapte die we al hebben, komt een coronapandemie dan natuurlijk wel héél ongelegen.”

Louis: “Klopt helemaal. ART werkt alleen als het team op volle sterkte is. Kijkend naar de krappe arbeidsmarkt en het negatieve imago van de geestelijke gezondheidszorg zit daar de grootste uitdaging. Veel mensen hebben nog een verkeerd beeld van de ggz. En dat terwijl er geen wereld bestaat waarin je meer voldoening uit je werk haalt. Veruit de meeste mensen die ernstig ziek binnenkomen, gaan weer gezond naar buiten. Dat wordt nog te vaak vergeten. Ik ben ooit bij Mondriaan begonnen omdat ik iets wil betekenen voor mensen in geestelijke nood. Van collega's

verwacht ik diezelfde drive en passie. Als we onze vertrouwde eilandjes durven los te laten en ons openstellen voor elkaar, ontstaan de mooiste dingen. Dat hoeft niet moeilijk te zijn, dat is gewoon een kwestie van bij elkaar binnenlopen.”

Kittie: “Wat heerlijk dat dit weer kan. Als gevolg van corona stonden we met z'n allen maanden in de overlevingsstand. Nu kunnen we weer écht de verbinding zoeken met elkaar. Laten we die ruimte benutten.” ●

Familie en naasten

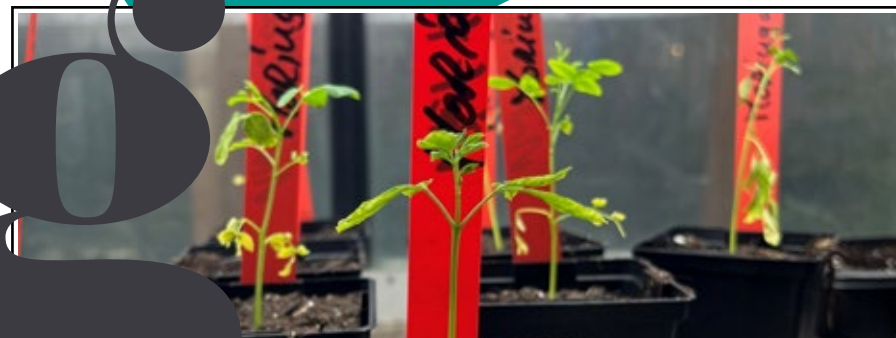
Binnen ART werken behandelaars, samen met patiënten en hun naasten, actief aan herstel. De betrokkenheid van familie en naasten is altijd belangrijk en waardevol.

Meer informatie over het betrekken van en de mogelijkheden voor familie en naasten vind je op www.mondriaan.eu/familie-en-naasten

Ben jij bezig met een ontwikkeling die je graag voor deze rubriek met Kittie D'Hoine, namens de Raad van Bestuur, zou willen bespreken? **Mail dan naar:** communicatie@mondriaan.eu

op recept speciaal voor jou

GEZONDE TIPS, WEETJES EN RECEPTEN VAN EN VOOR COLLEGA'S



GROENE GGZ-WEETJE

Tuin & Kas kweekt momenteel de wonderboom: **de Moringa Olifeira**. Het wordt de bruikbaarste boom ter wereld genoemd, omdat bijna elk onderdeel van de boom gebruikt kan worden als voedsel of voor andere nuttige doeleinden. De boompjes worden als ze sterk genoeg zijn in de Mondriaangebouwen geplaatst.

Aandacht is heilzaam

“Het is belangrijk dat we echt oog blijven houden voor hoe het met mensen om ons heen gaat; zowel privé als op het werk. Corona heeft verbanden gelegd, maar er zijn ook mensen van elkaar verwijderd geraakt. Soms is een klein beetje oprechte aandacht al genoeg om ongemak en pijn te voorkomen.”, aldus **Judith van Witsen** (preventiewerker en trainer MHFA)

Wist je dat wij bij Mondriaan de training Mental health first aid aanbieden? Zie het als een EHBO-cursus maar dan voor mentale zaken; voor collega's, voor geïnteresseerden, maar ook voor bedrijven? **Kijk op** www.mondriaan.eu/mhfa

TIP VAN EEN DANS- EN BEWEGINGSTHERAPEUT

“Bewegen is voor het lichaam heel natuurlijk. Er worden gezonde processen in werking gesteld zonder dat je daarvoor hoeft te betalen.”, **Rebecca Sieraal**

Crazy Yellow fruit smoothie

Collega's uit het restaurant in Heerlen brengen een gezonde en makkelijke smoothie onder je aandacht.



Ingrediënten voor 4 porties:

- 1 mango - 1 peer
- 1 zoete appel - 2 perziken
- 8 el Griekse yoghurt
- 8 tl hennepzaad

Blender op full power en genieten maar!

Het hennepzaad strooi je in het glas boven op de smoothie.

DONERDAG
2 JUNI 2022

mondriaan
Feest

VOOR ALLE MEDEWERKERS
EN VRIJWILLIGERS!

JIJ KOMT TOCH OOK?

18.00 - 22.00 UUR
KASTEEL LIMBRICHT

AANMELDEN VIA PORTAAL



“Praat open met elkaar. Maak contact en bied perspectief!”

Ongeveer 11% van de mensen in Nederland heeft ooit gedachten over zelfdoding gehad. Circa 3% van de Nederlanders heeft daadwerkelijk een poging ondernomen. Bij maar liefst 80% van de mensen die bij de crisisdienst van Mondriaan binnenkomen, is suïcidaliteit de aanmeldklacht.

De cijfers schetsen een alarmerend beeld, maar in de meeste gevallen betreft het ook een noodkreet: 'Ik heb hulp nodig!' GZ-psychologe Rebecca Wijermans en psychiater Chloë Bollen, beiden werkzaam binnen de spoedzorg van Mondriaan, zien dat deze mensen vooral niet verder willen op de manier waarop het nu gaat. 'Zij zien geen uitweg meer, ervaren hun situatie als ondraaglijk of uitzichtloos en overwegen zelfdoding.' Een suïcide preventie training, gebaseerd op bestaande concepten en ontwikkeld door Chloë en Rebecca, brengt inzicht in de situatie en biedt concrete handvatten en vaardigheden om weer in contact met jezelf, je naasten en het leven te komen.

PSYCHISCHE NOOD IS GEEN STOORNIS

'Wat we zien is dat mensen die hier binnenkomen in psychische nood zijn, dat wil niet altijd zeggen dat ook altijd sprake is van een onderliggende, psychiatrische stoornis. Als de oorzaak van de problemen ligt in de relationele sfeer, op het werk of door financiële nood is ontstaan, dan is het zaak dat ook dat stuk wordt aangepakt. We betrekken hierbij altijd de omgeving van de patiënt, want naasten kunnen hulp en ondersteuning bieden en tevens tijdig signaleren bij een eventuele terugval of bij oplopende spanningen. Daarbij hebben naasten ook behoefte aan steun en uitleg.'

“Onze doelstelling is om iemand zo snel mogelijk weer de regie terug te laten pakken over zijn of haar eigen leven.”

Het niet tijdig (h)erkennen van psychische problemen kan wel leiden tot een complexe problemen en dat willen we uiteraard voorkomen,' vertelt Chloë. Zij brengt een berg ervaring mee vanuit Noord-Limburg,

waar zij al in 2006 betrokken was bij het opzetten van een suïcide preventie poli, destijds de eerste in Nederland. 'Toen ik in 2020 bij Mondriaan kwam, zag ik dat ook hier nog winst te behalen viel.' Samen met Rebecca is zij kartrekker en ondersteuner bij het uitrollen van de training die zij samen hebben vormgegeven. 'Wij zijn begonnen met het opleiden van verpleegkundigen en zijn nog steeds aanwezig bij een groot deel van de gesprekken met patiënten. Het is namelijk best een pittig traject. Het kost veel energie, ook van onze medewerkers.'

TABOE EN SCHAAMTE DOORBREKEN

De training volgt een vast stappenplan, waarbij eerst informatie wordt opgehaald en psycho-educatie gegeven. Rebecca schetst het verloop van een behandeltraject: 'Schaamte om je problemen te delen is een eerste hindernis die moet worden genomen. Juist door te praten over je problemen, ga je inzien dat je niet de enige bent. Je staat er ook niet alleen voor. Door dit eerste gesprek krijgen we helder waar de oorzaak ligt en pas daarna kunnen we gericht aan de slag. Vervolgens stellen we een structuurdiagnose en signaleringsplan op volgens de stoplicht methode. Zo leren we de patiënt, en zijn naaste omgeving, hoe ze signalen tijdig leren herkennen. ➤

Vroegtijdige herkenning voorkomt escalatie. Een derde stap is het aanleren van spanningsregulerende vaardigheden; wat kun je zelf doen als je voelt dat het weer mis dreigt te gaan? Dat kan ook het tijdig inschakelen van een hulpverlener zijn. Gedurende het traject bekijken we steeds wat past en wat niet, het is volledig maatwerk. Onze doelstelling is om iemand zo snel mogelijk weer de regie terug te laten pakken over zijn of haar eigen leven.' ●



#ikbenchloë



#ikbenrebecca

SUCCESVERHAAL VAN LENA

Een mooi voorbeeld is het succesverhaal van Lena*, een creatieve jongvolwassen studente. Ze worstelde lange tijd met haar seksuele geaardheid en het stuklopen van haar relatie, waardoor Lena de zin in het leven kwijtraakte. De jonge studente ontwikkelde suïcidale gedachten. Haar moeder, die in de Randstad woont, kwam steeds mee naar alle gesprekken. Tijdens het opstellen van het signaleringsplan vielen voor Lena alle puzzelstukjes op hun plek. Ze deelde haar worsteling ook met haar vader en vrienden en werkte hard aan haar herstel. Na zeven gesprekken is zij zover dat ze weet: Ik ken mijn valkuilen en die mogen er ook zijn. Ze bewaakt de rust en schakelt tijdig haar omgeving in als ze voelt dat ze weer last krijgt van onrustige gevoelens. Lena volgt momenteel een studie in het buitenland en staat weer volop in het leven. Rebecca straalt als ze vertelt over hoe fijn het voelt als je iemand kunt helpen en ook weer ziet opbloeien. 'Dat is de kracht: Praat erover, stop het niet weg.'

Voor de toekomst streven beide hulpverleners ernaar om, binnen de hele gezondheidszorg, meer aandacht te genereren voor suïcide preventie. 'Wij hebben een aanbod ontwikkeld dat hulpverleners en verwijzers kunnen implementeren in hun hulpverlening. Op deze manier stellen zij uiteindelijk hun patiënten beter in staat om signalen tijdig op te pikken, zodat zij zelf in staat zijn ontsparing te voorkomen. Politie, huisartsen en praktijkondersteuners zijn de belangrijkste verwijzers van suïcidale patiënten. Wij zijn ervan overtuigd dat in veel gevallen, veel leed kan worden voorkomen. 'Praat open met elkaar. Maak contact en bied perspectief!'

** Om privacyredenen is de naam van Lena gefingeerd.*

WIL JE MEER WETEN OVER DE TRAINING?

Neem dan contact op door te bellen naar 088 506 95 12 of mail naar **Rebecca Wijermans** r.wijermans@mondriaan.eu of **Chloë Bollen** c.bollen@mondriaan.eu

WIL JE IEMAND AANMELDEN VOOR EEN TRAINING?

Neem dan contact op met de triagist van de Spoedzorg op nummer 088 506 95 12 of mail naar secr.spoedeisendepsychiatrie@mondriaan.eu

'n leven lang leren

Laura Schrooders is psychiater in opleiding en werkt tijdens een deel van haar laatste studiejaar bij de spoedzorg van Mondriaan. Na de opleiding tot basisarts koos ze bewust voor een specialisatie in de psychiatrie: "Hier mag ik onbeperkt nieuwsgierig zijn!"

Ben je geïnteresseerd in een beroepsopleiding? Wil je weten hoe je daarvoor in aanmerking kunt komen? Neem dan contact op met het Expertisecentrum / Mondriaan academie: 088 506 64 77

Laura ervaart een vrijheid die ze in het ziekenhuis miste. "Tijdens mijn co-schappen werd mijn beeld van de hiërarchie in het ziekenhuis bevestigd, in de psychiatrie gaan we veel meer uit van samenwerking. Als co-assistente in dit vakgebied had ik meteen het gevoel dat ik al mocht meedoen." Daarnaast is ook het feit dat de 33-jarige brunette mensen nu langer kan blijven volgen, reden voor deze specialisatie. "Ik leer de patiënten echt kennen, bouw een band met ze op." Maar in de spoedzorg zie je toch voornamelijk mensen in een crisissituatie, waarna ze een behandeltraject ingaan? "Dat klopt inderdaad, maar juist door die grote verscheidenheid aan problematieken is het op dit moment dé plek voor mij. Hier zie je alles, van psychoses, depressies en mensen die suïcidaal zijn tot mensen met een angst- of persoonlijkheidsstoornis. Na mijn afstuderen zou ik graag wisselen naar een combinatiefunctie van spoedzorg en langdurige zorg."

De eerste ervaring met iemand die suïcidaal was vond Laura: "Spannend en eng. Nu weet ik dat er meer lagen zijn. Als iemand aangeeft dood te willen, kan dat ook een roep om hulp zijn. Die persoon wil dan bijvoorbeeld rust of uit de huidige situatie ontsnappen." Laura is geboren en getogen in Maastricht. Het is haar wens om dicht bij huis te kunnen wonen en werken. Mondriaan past in dat opzicht perfect bij haar toekomstbeeld. "De keuze voor Mondriaan is echter ook ingegeven door een positieve ervaring in de eerste stageperiode en vanwege de mogelijkheid mijn opleiding grotendeels zelf vorm te kunnen geven. Ik mag specifieke leerdoelen aangeven. Niet: Wat gaan we doen? Maar: Op basis van deze diagnose wil ik dit of dat doen. Uiteraard binnen kaders en altijd in overleg met mijn supervisor."

"Bijzonder," vindt Laura de dankbaarheid die ze ontvangt. "Ik ging ooit boodschappen doen met een patiënt die dat al jaren niet meer durfde. Hij werd emotioneel van het feit dat hij dit weer mocht beleven." Vaak zijn het kleine dingen, die voor een ander het verschil maken. "Het draait allemaal om vertrouwen. Ik ben niet alleen Laura de psychiater. Ik ben ook een mens en dat laat ik zien. In de spoedzorg zien we regelmatig mensen die tussen wal en schip vallen. Zij zijn zo blij en dankbaar als ze eindelijk ergens terecht kunnen en hulp krijgen." ●



Ik wil de
stabiele rustfactor
zijn die kinderen
nodig hebben.

#ikbenaron

pedagoog in opleiding bij
Kinderen en Jeugdigen

MNDRN ZKT JOU

werkenbijmondriaan.nl

Mondriaan



voor geestelijke gezondheid