

Hart voor een
geestelijk gezond
Zuid-Limburg

mondriaan

magazine

Open

“Juist op de meest kwetsbare momenten in het leven kun je veel voor iemand betekenen.”

**Ik ben trots
op ons werk,
we maken echt
een verschil**

Anita Moes

Uitgave november 2024 | nummer 6

inhoud

Colofon

Mondriaan Magazine is een uitgave van Mondriaan (www.mondriaan.eu).

Het magazine is primair bedoeld voor onze medewerkers en vrijwilligers, daarnaast voor onze samenwerkingspartners en iedereen die geïnteresseerd is in de geestelijke gezondheidszorg.

(Eind)redactie
Stafdienst Marketing
en Communicatie

Tekst
Bas Poell
Lieke Rijkx
Stafdienst Marketing
en Communicatie

Fotografie
Nadine van Mierlo
Petra Niessen (De Fotovakvrouw)
Johan Strijckers
Stafdienst Marketing
en Communicatie

Vormgeving
Ivana Bouwman

Cartoon
Geert van der Elburg

Uitgave
november 2024

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.

Dat we
met trots
laten zien
wat we doen
en wat onze
toegevoegde
waarde is

Zeker in deze tijd waarin de schijnwerpers vol en vaak negatief op de ggz zijn gericht, is het belangrijk dat we de naam van Mondriaan positief uitdragen. Dat we met trots laten zien wat we doen en wat onze toegevoegde waarde is in de maatschappij.

Als bestuursvoorzitter ben ik hier bijna dagelijks mee bezig. Het ambassadeurschap beschouw ik als mijn belangrijkste taak. Ik ben trots op de voortrekkersrol die Mondriaan vervult bij de transitie van de geestelijke gezondheidszorg in Zuid-Limburg. Binnen de netwerken waarin we als ketenregisseur optrekken met onze maatschappelijke partners leg ik verbindingen en draag ik uit dat mentale gezondheid een verantwoordelijkheid is van ons allemaal.

Maar minstens zo trots ben ik op mijn collega's. Al die medewerkers van Mondriaan die dag en nacht klaar staan om hun kwetsbare medemens te helpen. Onze 2400 professionals en 150 vrijwilligers die voor en achter de schermen bijdragen aan een geestelijk gezond Zuid-Limburg.

In deze zesde editie van Mondriaan Magazine komen verschillende ambassadeurs aan het woord. We spreken bijvoorbeeld een receptioniste, een beveiligers, een preventiedeskundige en een ggz-verpleegkundige die namens Mondriaan banenmarkten bezoekt en voorlichting geeft op scholen. Zij zijn trots op hun werk en dragen dat ieder op hun eigen manier uit. Verder verwelkomen we ook een nieuwe ambassadeur. Jeroen Kampkes is 1 september begonnen als lid van de raad van bestuur. Ik kijk ernaar uit om het ambassadeurschap met hem te delen.

Ambassadeur zijn van Mondriaan verbindt en biedt zelfs troost. Ook op de meest droevige momenten behouden we onze trots en houden we elkaar vast, zo bleek op 15 oktober bij de opening van de herdenkingsplek voor Melanie. De tragiek die haar en haar dierbaren afgelopen voorjaar overkwam, leeft voort in de herinnering en maakt ons sterker en trotser dan ooit. Melanie's toewijding aan haar patiënten en aan de zorg kende geen grenzen. Zij is onze ambassadeur voor de eeuwigheid.

Veel leesplezier!

#ikbenjeanpaul



*Jean-Paul Essers
Voorzitter raad van bestuur
Mondriaan*

4 centraal
Ambassadeurschap

8 open
Janneke Roelofs

12 op recept

13 basoplocatie
DAC Frankenstraat

14 Moed
Arachon Besseling

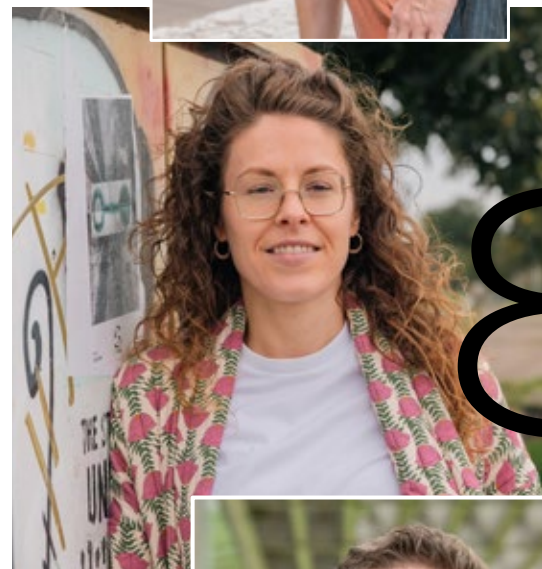
19 portretten
Ambassadeurschap
in the picture

26 vizier op veiligheid
Onze afdeling Veiligheid

30 favorieten
Jeroen Kampkes

34 'n leven lang leren
Sterre Pellerei

14



26



Mark en Daniël: Mondriaan-collega's
en boegbeelden van de ggz

Ambassadeur wórd je niet, dat bén je

Waar en in welke functie je ook werkt binnen Mondriaan, direct of indirect dragen we allemaal ons steentje bij aan een geestelijk gezond Zuid-Limburg. Dat maakt ook jóu, zonder dat je je er waarschijnlijk bewust van bent, tot een ambassadeur. Preventiedeskundige Mark Meijer (51) en ggz-verpleegkundige Daniël Ngamelubun (44) vertellen hoe zij als boegbeeld invulling geven aan deze belangrijke taak.

Het uitdragen van het merk Mondriaan is voor hen geen doel, maar een middel. Mark Meijer en Daniël Ngamelubun worden in hun werk gedreven door waar hun organisatie elke dag voor aan de lat staat: Zuid-Limburg geestelijk gezond maken en houden. De 2400 professionals en 150 vrijwilligers van Mondriaan zijn het voertuig om dat doel te bereiken.

Ambassadeur zijn kost Mark en Daniël geen enkele moeite. Dat gaat vanzelf. Beiden houden van hun vak en dragen hun passie en kennis over aan de buitenwereld, waarmee zij nauw in verbinding staan.

Preventiedeskundige Mark helpt jongeren en volwassenen met wie het niet zo lekker gaat om grip te krijgen op hun mentale gezondheid. Via gerichte lessen en trainingen op school en in de wijk krijgen zij inzicht in zichzelf en leren zij hoe ze hun klachten onder controle kunnen houden. “De samenleving wordt steeds complexer en staat bol van de verwachtingen waar een mens nooit allemaal aan kan voldoen. In onze trainingen staat maar één vraag centraal: wat heb jij nodig om gelukkig te zijn en goed te kunnen functioneren?”

MIND YOUR MIND

Mark geniet van zijn contacten met scholen, welzijnsorganisaties en gemeenten in Heerlen en Voerendaal. Maar vooral van de persoonlijke groei die jongeren doormaken tijdens de trainingen die hij als preventiedeskundige mee ontwikkelt.

“Vóór de zomervakantie zijn we gestart met Mind your Mind, een innovatief lesprogramma waarin we bovenbouwleerlingen in het voortgezet onderwijs leren hoe ze psychische klachten in hun omgeving kunnen herkennen en bespreekbaar maken.

Na een paar weken kwam een leerling bij me om te vertellen dat zij de kennis al had toegepast. Omdat ze het vermoeden had dat het met een klasgenoot niet goed ging, had ze haar moed verzameld en gevraagd: hoe gaat het met je? Kan ik iets voor je doen? Daar word ik ongelooflijk blij van”, zegt Mark, die als pleitbezorger van de ggz al 23 jaar verbonden is aan Mondriaan.

PREVENTIE BEGINT BIJ KENNIS

In 2001 begon de Sittardenaar als ggz-verpleegkundige op de crisisafdeling van Kinderen en Jeugdigen. “Dáár is het vuurtje voor preventie aangewakkerd. Ik hielp jongeren die volledig in de shit zaten

“Er gebeurt zóveel goeds binnen de ggz, zóveel moois om trots op te zijn.”

en dacht: 'Is het niet veel beter om deze ellende te voorkomen?' Vanuit die gedachte heb ik me ingeschreven voor de master Public Health. Preventie begint bij kennis. ➤

Bij goede, publieke voorlichting en training. Veel mensen hebben een EHBO-cursus gevolgd, maar slechts weinigen weten wat ze moeten doen wanneer iemand depressief of angstig is. Daarbij denken veel jongeren nog dat het hen niet zal overkomen. Kijk naar de cijfers en je weet wel beter”, zegt Mark, die ook in zijn vrije tijd geen mogelijkheid onbenut laat om vooroordelen over de ggz weg te nemen.

POSITIEVE VERHALEN DELEN

Collega Daniël knikt instemmend: “Het beeld dat er over de ggz bestaat, is nog erg eenzijdig en vooral gebaseerd op incidenten die via de media tot ons komen. De ggz behelst zoveel meer. Er gebeurt zoveel goeds, zoveel moois om trots op te zijn.”



Daniël voelt zich geroepen om die verlichtende verhalen te delen. Naast zijn werk in het daghospitaal in Maastricht, een kortdurende behandelvoorziening voor mensen met psychiatrische en/of verslavingsproblemen, staat hij namens Mondriaan op beurzen en banenmarkten om de ggz positief onder de aandacht te brengen. Zijn boodschap? “De ggz is een prachtige sector om in te werken. Je kunt direct iets betekenen voor een ander, krijgt alle ruimte om jezelf te ontwikkelen en naar eigen inzicht te handelen. Daarbij is geen werkdag hetzelfde. Elke patiënt is anders. Het is een zoektocht naar wat voor iemand wél en níet werkt. Dat maakt het uitdagend en fascinerend.” Zijn jarenlange expertise in de verslavingszorg deelt de Echtenaar met jongeren op scholen. Ook dat levert waardevolle lessen op, zegt hij. “In de twintig jaar dat ik bij Mondriaan werk, ben ik nog nooit een verslaafde tegengekomen die zei dat hij het leuk vond om verslaafd te zijn.

Ik probeer het leven van mensen die geestelijk in de knel zijn gemaakt, beter te maken. Elke dag weer een beetje meer.

#ikbendaniel

Het komt nooit vanzelf, er zit altijd een verhaal achter. Dat verhaal draag ik uit in mijn lessen.”

OOK JIJ BENT AMBASSADEUR!

Ambassadeur zijn van Mondriaan voelt voor Daniël niet als een bewuste keuze. “Als je positief in het leven staat en gemotiveerd bent in je werk, sta je daar open voor en gaat het vanzelf. Eigenlijk zijn we allemaal ambassadeur, de een misschien wat zichtbaarder dan de ander. Voor mij draait het om de inhoud. Ik probeer het leven van mensen die geestelijk in de knel zijn gemaakt beter te maken. Elke dag weer een beetje meer.”

Collega Mark is het hier roerend mee eens en sluit af met een knipoog. “Daniël, wanneer jij als verpleegkundige niks meer te doen hebt, is mijn werk als preventiedeskundige geslaagd.” Dan lachend: “Wees gerust: ik heb niet de illusie dat het ooit zover zal komen.” ●

“In onze trainingen staat maar één vraag centraal: wat heb jij nodig om gelukkig te zijn en goed te kunnen functioneren?”



Op pad met psychiater Janneke Roelofs

Spanning, hectiek, rust en diepgang: het beste van twee werelden in één baan

“Juist op de meest kwetsbare momenten in het leven kun je veel voor iemand betekenen. Dat maakt dit werk zo mooi.”

Acuut handelen in crisissituaties of juist de tijd nemen en samen met de patiënt werken aan een duurzaam herstel? Janneke Roelofs (36) wilde het graag allebei en hoefde gelukkig niet te kiezen. Binnen Mondriaan krijgt deze jonge, ambitieuze psychiater sinds 1 september de ruimte om twee verschillende werelden met elkaar te combineren. De hectiek en snelheid bij de crisisdienst wisselt ze af met de rust en diepgang in het Topklinisch centrum Transitiepsychiatrie.

Natuurlijk was het even wennen in september. Net klaar met haar opleiding stond Janneke Roelofs als psychiater ineens op eigen benen. En of dat nog niet genoeg was, beleefde zij binnen Mondriaan haar vuurdoop op twee verschillende afdelingen. “Best even spannend, maar vooral heel leuk”, zo blikt ze terug op haar eerste weken. “Ik was klaar voor deze stap en geniet van de vrijheid om naar eigen inzicht te kunnen handelen.” ➤

AMBASSADEUR IN CRISISTIJD

Op woensdag en vrijdag is het voor Janneke hollen of stilstaan bij de crisisdienst. Samen met haar collega's biedt zij acute, psychiatrische hulp aan Zuid-Limburgers die thuis of op straat in geestelijke nood zijn geraakt.

Mensen van alle leeftijden die bijvoorbeeld agressief, verward of suïcidaal zijn, niet meer voor zichzelf kunnen zorgen of een gevaar vormen voor hun omgeving. "Juist op de meest kwetsbare momenten in het leven kun je veel voor iemand betekenen. Dat maakt dit werk zo mooi. Daarbij is de dynamiek nergens anders zo groot als in de spoedeisende psychiatrie. Je weet vooraf nooit wat er op je pad komt. Ik geniet van die hectiek en die spanning, Maar ook van de contacten met onze partners buiten in het veld. De nauwe samenwerking met huisartsen, de politie en de ambulance-dienst. Over en weer bestaan er nog de nodige vooroordelen. Daarom is het belangrijk dat we de verbinding zoeken, toegankelijk zijn voor elkaar en blijven uitleggen waarom we doen wat we doen. Ook voor mezelf zie ik daarin een rol. Met de crisisdienst kom ik immers in heel Zuid-Limburg."

EVENWICHT

Hoezeer de psychiater ook geniet van haar werk in de crisisdienst, haar ambitie is daarmee nog niet gestild. Jannekes interesse is zo breed als haar vakgebied en daarbij bruist ze van de energie. Tijdens haar opleiding bij Mondriaan en bij ggz-instellingen

elders ontdekte ze de vele gezichten van de psychiatrie. In die dynamiek zocht de aankomende psychiater naar het juiste evenwicht. "De spoedeisende psychiatrie is gericht op de korte termijn, het snelle succes.

"Ik geniet van de hectiek en de spanning, maar ook van de contacten met onze partners buiten in het veld."

De transitiepsychiatrie daarentegen is een traject van de lange adem dat zich richt op duurzaam herstel. Een andere wereld, maar minstens zo interessant."

En dus wisselt de psychiater elke dinsdag en donderdag van jas. In het Topklinisch centrum Transitiepsychiatrie in Maastricht behandelt ze jongeren tussen de 16 en 25 jaar die in de zoektocht naar hun identiteit tussen wal en schip dreigen te vallen. Ze zijn weliswaar geen kind meer, maar ook nog te jong om als volwassene benaderd te worden. "Binnen ons transitieteam houden we nadrukkelijk rekening met deze dynamiek. We helpen deze jongvolwassenen om het leven weer met vertrouwen op te pakken en zich op een gezonde manier te ontwikkelen. Op termijn wil ik hierbij

graag gebruikmaken van psychotherapie. Zo kan ik écht de diepte in met patiënten. Erachter komen wat hen beweegt, nog beter begrijpen wat er aan de hand is. Daarom ben ik psychiater geworden."

FLEXIBEL MEEBEWEGEN

De Limburgse vindt het fijn dat ze binnen Mondriaan de ruimte krijgt om twee verschillende rollen met elkaar te combineren. "Juist door die combinatie tussen de korte en lange termijn blijft het werk voor mij afwisselend en uitdagend. In deze tijd van personele krapte is het goed om te zien dat Mondriaan flexibel meebeweegt met de persoonlijke wensen. Zo zorg je ervoor dat mensen gelukkig zijn in hun werk, zich kunnen ontwikkelen en zich voor langere tijd aan de organisatie willen verbinden."

Tijdens haar opleiding voelde Janneke zich gelijk thuis bij Mondriaan. "Er werken hier meer jonge psychiaters. Mensen met een visie die graag vooruit willen en samen willen optrekken om de zorg zo goed mogelijk te organiseren. Collega's die net als ik houden van hun vak. Daar wil ik graag bij horen." ●

"In deze tijd van personele krapte is het goed om te zien dat Mondriaan flexibel meebeweegt met de persoonlijke wensen van medewerkers."



op recept

Pompoensoep

INGREDIËNTEN
VOOR 4 PERSONEN

- 1,5 kg flespompoen
- 2 middelgrote uien
- 2 tenen knoflook
- 250 gram winterpenen
- 4 eetlepels milde olijfolie
- 2 gedroogde laurierblaadjes
- 2 theelepels gemalen komijn
- 1 groentebouillonblokje
- 1 liter kraanwater
- 2 theelepels tabasco
- 125 gram crème fraîche

Eet smakelijk!

ZO MAAK JE HET!

Stap 1

Halveer de pompoen en verwijder de zaden en draderige binnenkant met een lepel. Snijd het vruchtvlees in stukken. Snijd de uien en knoflook grof en de winterpeen in plakken.

Stap 2

Verhit de olie in een grote soeppan. Voeg de pompoen, ui, knoflook en winterpeen toe en bak 5 minuten op middelhoog vuur. Roer regelmatig. Voeg de laurierblaadjes en komijn toe en bak 1 minuut mee. Voeg de bouillontablet en het water toe en breng aan de kook. Zet het vuur laag en laat 30 minuten zachtjes koken.

Stap 3

Verwijder de laurierblaadjes. Pureer de soep met een staafmixer. Breng op smaak met de tabasco, peper en eventueel zout. Verdeel over diepe borden of kommen en schep op elke portie een lepel crème fraîche.

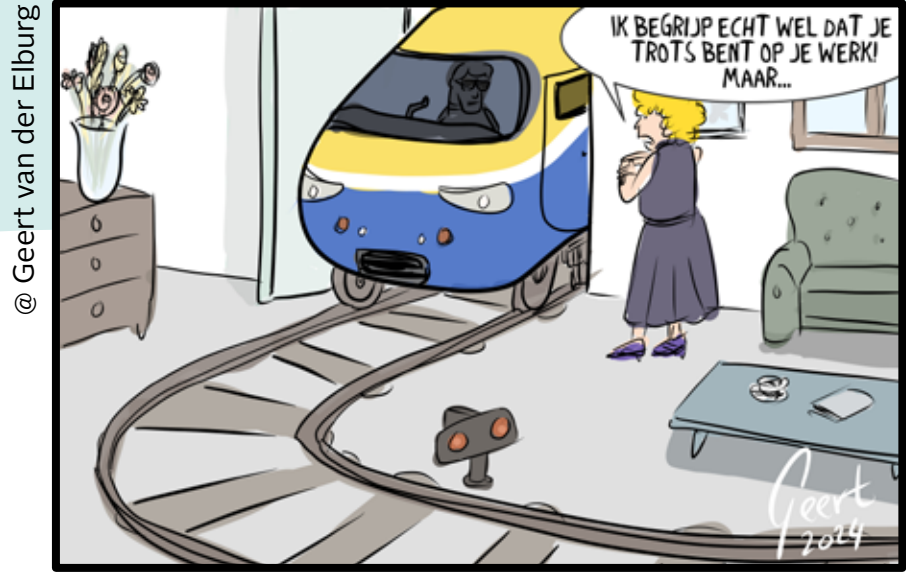


Tips!

• Snijd wat gerookte zalm in fijne reepjes en voeg deze toe aan de soep voor extra smaak.

• Je kunt de soep ook invriezen voor later. Laat de soep afkoelen en bewaar maximaal drie maanden in de vriezer. Zorg ervoor dat er een laagje lucht overblijft in het bewaarbakje, zodat de soep bij het vriezen kan uitzetten zonder dat het diepvriesbakje barst.

CARTOON



© Geert van der Elburg

BASoplocatie



EEN VERADEMING IN DONKERE TIJDEN:

Samen lekker jezelf zijn

DAC Mondriaan, Frankenstraat in Maastricht

Maastricht blinkt in de zomerzon als ik arriveer op mijn bestemming. Frankenstraat 172a in Wittevrouwenveld. Van een afstandje lijkt het een doorsnee rijtjeshuis, maar de schijn bedriegt. De kleurrijke schilderijen achter het raam verraden het al: hier komt het leven in al zijn verscheidenheid samen.

Langs het gele bankje bij het atelier loop ik de gang door naar binnen waar twee dames me vriendelijk verwelkomen. Ik ben in het DAC, het Dagactiviteitencentrum van Mondriaan. Een wereld waar iedereen zichzelf mag zijn. Elke ruimte is gevuld met positieve energie, zo leert een rondgang.

Sascha werkt op de montageafdeling. Terwijl collega's lolly's inpakken legt hij uit hoe je een regenpijpbeugel in elkaar zet en klaarmaakt voor de winkelverkoop. Werken is voor deze man van levensbelang. Thuis verveelt hij zich snel en gaan zijn gedachten nog wel eens met hem op de loop. Het dagelijks werk op de montageafdeling geeft hem houvast en afleiding. Daarnaast geniet Sascha van het dagelijks contact met collega's met wie hij "een geoliede machine" vormt. "Hier wordt niemand gepest of veroordeeld, we helpen elkaar als familie", zo klinkt het trots.

In het DAC bestaan geen rangen en standen. Iedereen mag er zijn, met al zijn talenten, wensen en kwetsbaarheden.

Met een indicatie van Mondriaan, de WMO of de Wet Langdurige Zorg werken ruim honderd mensen hier in kleine groepen, onder deskundige begeleiding en op hun eigen tempo aan hun herstel. De deelnemers leren bijvoorbeeld koken, schilderen, fietsen repareren of aan de hand van foto's hun verhaal vertellen. Maar ook: ontspannen. Je even niet ziek of bekeken voelen.

De activiteiten bieden de deelnemers de structuur, het sociaal contact en de vaardigheden die nodig zijn om weer mee te doen. Velen vinden er na een donkere periode weer het vertrouwen terug in zichzelf. Het gevoel om mens te zijn, met alles wat daarbij hoort. Verantwoordelijkheid dragen. Van betekenis zijn. Goed communiceren en samenwerken. Jezelf een stem geven en groeien.

In de fietsenwerkplaats is het een drukte van jewelste. Elke dag, dus ook vandaag. Uit heel Maastricht komen mensen naar het DAC om voor een zacht prijsje hun tweewieler te laten repareren. Iedereen is het erover eens: dit initiatief is een verrijking voor de stad.

Op de terugweg naar buiten word ik nog even staande gehouden door Sascha. "Ik weet niet zeker of ik het al had gezegd, maar zou je nog het volgende willen opschrijven? Ik ben heel dankbaar dat ik hier mag werken." ●



moed

ARACHON BESSELING, 51 JAAR

“Vanaf mijn zestiende heb ik altijd een tas in mijn hand gehad, klaar om elk moment te verkassen.”

Meester in het overleven

Ruim veertig jaar sleepte Arachon zich door het leven. “Ik heb nooit kind kunnen zijn, op mijn achtste was ik al op mezelf aangewezen. Mijn ouders waren er niet en als ze er waren, was het niet veilig. Er was vaak ruzie en er werd veel gedronken. Toen ik na de scheiding gedwongen werd om bij mijn vader te gaan wonen, werd het er niet beter op. Hulp vragen, deed ik niet. Dat kon niet, als ik huilde kreeg ik een oplawaai. Ik moest sterk zijn en het zelf oplossen. Op mijn zestiende was ik er klaar mee. Ik heb mijn spullen gepakt en ben vertrokken. Vanaf dat moment heb ik altijd een tas in mijn hand gehad, klaar om elk moment te verkassen. Ik leefde in de kroeg en zo raakte ik verslaafd. Het geld dat ik met klussen verdiende, jaagde ik er gelijk doorheen. Ik kende geen grenzen, leefde zonder rem. Als ik gezopen had, was ik de eerste die in de kroonluchter hing. Op elke bar in Maastricht heb ik de clown uitgehangen. Maar als de roes was uitgewerkt, was ik niets meer. Dan voelde ik alleen maar angst en schaamte.”

Als hij de huur weer eens niet meer kon betalen en uit huis was gezet, sliep hij bij vrienden. Of op straat of onder een brug. Tot hij weer ergens een kamer had gevonden en het liedje weer van vooraf aan begon. Arachon had het liegen, manipuleren en verhullen tot kunst verheven. “Ik was een meester in het overleven, had voor iedereen een verhaal paraat en kwam overal mee weg. Geloof het of niet, maar ik kon een half jaar op straat slapen, zonder dat iemand het in de gaten had.” ➤

Meer dan veertig jaar stond Arachon Besseling (51) in de overlevingsstand. Hij vulde de dagen met drank, drugs en leugens. Hulp vragen durfde hij niet. In 2019 kwam de onvermijdelijke crash, gevolgd door de wedergeboorte. Met hulp van Mondriaan, maar vooral op eigen kracht, begon de Maastrichtenaar met leven. Nu, vijf jaar later, komt hij steeds dichterbij zichzelf en heeft hij de wereld zóveel moois te geven.

“Mijn huisbaas zat op het randje van mijn bed. Ik lag half in coma, had geen puf meer om te vluchten of me te verstoppen, zoals ik in mijn leven al zo vaak had gedaan. Ik was op. Dit is wat hij zei: ‘Lieve Arachon. Je hebt hulp nodig. Ik scheld je alle huurschuld kwijt en wil dat je per 1 april hier weg bent’. Deze huisbaas toonde zich een ware vriend. Als daad van liefde trok hij een grens. Hij dwong me om te kiezen.”

Op een bankje in het Vrijheidspark in Maastricht, tegenover PsyQ van Mondriaan, vertelt Arachon over zijn ‘wedergeboorte’, vijf jaar geleden. 22 februari is zijn nieuwe verjaardag. Op die dag in 2019 koos Arachon voor het leven. Voor zichzelf. Een halfjaar later, op 14 augustus, stopte hij op eigen kracht met het gebruik van verdovende middelen. Een lustrum dat hij afgelopen zomer in hetzelfde Vrijheidspark groots vierde met een groep trouwe vrienden.

Zijn ogen stralen van trots. “Vijf jaar nuchter. Drie jaar rookvrij. Geen schulden en verplichte bewindvoering meer. Klaar met de voedselbank. En zóveel lessen rijker.”

Liefdesbrief

Met dat masker op hielp hij zichzelf steeds verder de vernieling in. Avond na avond zat Arachon op zijn kamer. Een koptelefoon op het hoofd, vluchtend in de muziek en de verdovende middelen. “Op het dieptepunt van mijn verslaving at ik nauwelijks meer, ik kwam alleen nog buiten om drank en drugs te halen. Mijn dagelijkse consumptie: vier flessen Karmeliet, twee flessen rode wijn en een halve fles whisky of wodka, aangevuld met coke en speed om overeind te blijven.”

“Ik heb mijn ouders vergeven. En mezelf voor de achterlijke streken die ik heb uitgehaald.”

Vier keer stond hij voor de deur van de Riagg. Maar hij durfde niet naar binnen. Hulp vragen betekende immers falen. Op aanraden van een vriend volgde hij eind 2018 een groepstraining bewust leven. “Op de laatste dag moesten we een liefdesbrief aan onszelf schrijven. Ik heb alleen maar gehuild. Kreeg niet eens ‘Lieve Arachon’ op papier. Achteraf logisch. Hoe moet je de liefde verklaren aan jezelf als je niet van jezelf houdt?”

Het begin van een nieuw leven

Op 22 februari 2019 bereikt hij de bodem en ziet hij nog maar één uitweg. Arachon belt zijn vader, die hem eerst naar de huisartsenpost en vervolgens naar de crisisopvang van Mondriaan brengt. In de maanden erna bouwt Arachon zijn middelengebruik op eigen kracht af en wacht hij, zoals zoveel ggz-patiënten, op de behandeling die hij nodig heeft. Een half jaar verslavingszorg en systeemtherapie bij Mondriaan Vijverdal, gevolgd door een twee jaar durende behandeling van zijn persoonlijkheidsproblematiek bij PsyQ Maastricht. Arachon kijkt er met dankbaarheid op terug. “Zonder hulp van Mondriaan had ik het niet gered. Ik heb inzicht gekregen in mijn verslaving en mijn gedrag

en geleerd om beter met mijn emoties om te gaan. Dankzij de systeemtherapie heb ik bovendien weer contact met mijn moeder en mijn stiefzus.” Over zijn vader: “Laat ik het erop houden dat ik een haatliefdeverhouding met hem heb. Ik heb hem die bewuste avond in februari niet voor niets om hulp gevraagd. Wat er ook is gebeurd: in tijden van nood moet een kind zijn vader kunnen bellen. In het helingsproces waarin ik nu zit, is vergiffenis heel belangrijk. Ik heb mijn ouders vergeven. En mezelf voor de achterlijke streken die ik heb uitgehaald.”



Durf hulp te vragen en ga op zoek naar jezelf. Naar de kern, jouw gevoel.

#ikbenarachon

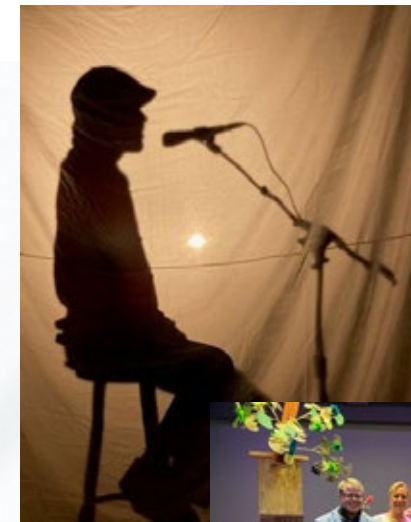
Vijf jaar is hij nu nuchter. Het blijft een gevecht, zegt hij, maar de gevechtspauzes worden steeds langer en de momenten van oorlog in het hoofd korter. “Af en toe kruip ik nog wel eens onder een deken, wachtend tot de storm weer gaat liggen. Ik blijf eigenwijs, deze methode werkt voor mij het beste.”

Durf hulp te vragen

De ggz-behandeling bood een stevige basis, maar was voor Arachon niet de sleutel naar het geluk. Daarvoor moest hij op zoek naar zichzelf. Naar zijn diepste angsten, dromen en verlangens. ‘Outside your comfortzone is where the magic happens’, luidt zijn levensmotto. De voorbije jaren daagde de Maastrichtenaar zichzelf uit met allerlei activiteiten. Zoals ademwerk, healing circle, generatielijnen, een dansfeest in het bos en een heuse stilte retraite door de Sinaï-woestijn in Egypte. Met beide benen op de grond, zijn grenzen verlegend.

Afgelopen oktober verzamelde hij al zijn moed en nam hij deel aan de theatervoorstelling Van Schaduw naar Licht, verzorgd door (ex-)patiënten en behandelaars van Mondriaan. Zijn ervaringen op de lange weg naar herstel deelt hij via inspirerende blogs op Facebook. Delen is helen, zo heeft hij aan den lijve ervaren. Arachon wil mensen helpen en heeft een belangrijke boodschap uit te dragen. “Alles in het leven is een keuze. Durf hulp te vragen en ga op zoek naar jezelf. Naar de kern, jouw gevoel. Het heeft mij gebracht tot waar ik nu sta. Beetje bij beetje leer ik om te houden van mezelf.”

De nieuwe Arachon leeft en kan de hele wereld aan. Geld is geen probleem meer, hij is uit de schuldhulpverlening en werkt als conciërge op een basisschool in Maastricht. Met enorm veel plezier, de kinderen lopen met hem weg. Ook luistert hij weer naar muziek, iets wat hij tot voor kort niet durfde omdat dit teveel associaties oproep met zijn verslaving. “Bij alles wat ik nu doe, vraag ik me af: voelt het goed? Ja: doen! Ben ik genezen? Nee, ik heb nog een lange weg te gaan. Maar ik heb het nog nooit zo goed gehad als nu. Dat zeg ik morgen wéér en overmorgen wéér. Ik geniet en raak ontroerd door de kleinste dingen. Op een van mijn eerste dagen als conciërge zag ik een papa en mama samen hun kind naar school brengen. Ik dacht: wauw! Mooier gaat het vandaag niet meer worden.” ●



Geslaagde voorstellingen

Van Schaduw naar Licht

Op 10 en 31 oktober vonden in het Pesthuys in Maastricht de voorstellingen Van Schaduw naar Licht plaats. In deze door collega Joanne Vertommen georganiseerde voorstellingen deelden zes mensen, onder wie cliënten en oud-clieënten, hun persoonlijke verhalen. Ook collega Lena Lemmens heeft door haar eigen openheid een brug geslagen tussen cliënt en professional. Beide voorstellingen waren volledig uitverkocht.

Verhalen van cliënten en hun processen zijn vaak zo bijzonder en iets waar zoveel van geleerd kan worden. De voorstellingen dienden als middel om de stemmen en verhalen van cliënten meer naar buiten te brengen en het gesprek over mentale gezondheid te bevorderen. Het waren geen gespeelde rollen, maar echte mensen die hun waargebeurde ervaringen van pijn, verdriet, geluk en vreugde deelden.

Voelbare verbondenheid

Het werden, in de woorden van presentator en coach Tim Gladdines, bonte avonden waarin persoonlijke worstelingen werden gedeeld. Deze openhartigheid creëerde voelbare verbondenheid, zowel onder de deelnemers als het publiek. Het waren avonden vol emotie, die niet alleen de kracht van de verhalen, maar ook de veerkracht van de sprekers zichtbaar maakten.

De voorstellingen werden gesponsord door Stichting Socialrun, een organisatie die zich inzet voor het bespreekbaar maken van psychische variaties.

derde editie →

meet
MNDRN

Op donderdag 10 oktober organiseerden we alweer de derde editie van meetMNDRN: een event waarbij we geïnteresseerden graag laten zien wat werken bij Mondriaan inhoudt. We hebben weer veel leuke mensen mogen ontmoeten!

rondleidingen



workshops



Met een rondleiding over ons terrein, verschillende workshops en speeddates met Mondriaan-medewerkers kregen de deelnemers een beeld van Mondriaan als werkgever en wat de carrièremogelijkheden bij onze organisatie zijn.

speeddates



let's
meet



**AMBASSADEUR DANIEL
OVER DE SPEEDDATES:**

“Het is zo ontzettend leuk om te doen. De oprechte interesse in wat wij doen maakt het wel echt de moeite waard. Er worden goede vragen gesteld, waardoor je heel interessante gesprekken krijgt. Mensen gaan met een heel ander beeld van de ggz weer naar buiten.”

Ambassadeurs in the picture

Ambassadeurs zijn er in allerlei vormen: collega's die trots zijn op hun werk en op de organisatie waarvoor ze werken. Ook bij Mondriaan hebben we veel collega's die vol enthousiasme onze organisatie vertegenwoordigen. In deze portretserie vertellen Anita, Harrie, Mohammad, Renske en Angret over hun werk en wat hen trots maakt.

**Anita Moes (63),
medewerker frontoffice**

“Ik hou van mijn werk, het is heel divers. Van het uitgeven van toegangspasjes tot het bellen van een taxi en van het reserveren van een vergaderruimte tot het verwelkomen van bezoekers: ik doe het allemaal. Het leukste vind ik dat ik mensen kan helpen vanuit mijn rol. Daar doe ik echt mijn best voor. Als ik niet aan de telefoon ben, loop ik altijd even mee wanneer mensen de weg niet weten. Ik realiseer me heel goed dat ik een uithangbord van Mondriaan ben. Mensen zien en horen mij als eerste. Ik probeer hen daarom op hun gemak te stellen door vriendelijk, vrolijk en open te zijn. Ik ben trots op Mondriaan en het werk dat we hier doen. We maken echt een verschil. Laatst was een oudere man een uur te vroeg voor zijn afspraak. Hij was heel onrustig. Ik heb hem aan de leestafel gezet en een glaasje water gegeven. Later kreeg ik van de collega met wie hij de afspraak had, te horen dat hij het zo fijn vond dat ik hem zo gastvrij en ontspannen had ontvangen. Daar word ik gelukkig van!”

#ikbenanita



*“Ik probeer
bezoekers op
hun gemak te
stellen door
vriendelijk,
vrolijk en open
te zijn.”*

**Harrie Dodemont (66),
bouwkundig medewerker**

“Elke dag bij Mondriaan brengt iets nieuws, ook al werk ik hier al 37 jaar. Mijn werk gaat van een schilderijtje ophangen voor een cliënt tot het coördineren van grote onderhoudsprojecten. Het is een fijne mix van praktisch en kantoorwerk. Soms voer ik zelf projecten uit, zoals toen we met collega's vijf keukens opnieuw hebben betegeld. Andere zaken, zoals het plaatsen van thermisch glas, besteden we uit aan gespecialiseerde leveranciers. Vanuit mijn rol zie ik het als mijn verantwoordelijkheid om zowel intern als extern goede relaties op te bouwen. Intern werk ik servicegericht en benader ik iedereen op een vriendelijke manier. Extern, richting leveranciers, houd ik rekening met hun planning en werkdruk. Door flexibel te zijn en waar nodig een handje te helpen, creëren we een fijne samenwerking. Een trots moment? Als ik terugkijk op de bouw- en verbouwprojecten waar we met ons team aan hebben bijgedragen, zoals de nieuwbouw van Wijerode, dan voel ik wel trots. Het geeft voldoening om te zien dat wij onze collega's zo kunnen faciliteren bij hun belangrijke werk.”

#ikbenharrie



*“Ik zie het
als mijn
verantwoor-
delijkheid om
zowel intern als
extern goede
relaties op
te bouwen.”*

**Mohammad Firoze (63),
vrijwilliger Wijerode**

“Al zestien jaar ben ik vrijwilliger bij Mondriaan. Momenteel werk ik bij Wijerode, waar ik cliënten naar de fysiotherapeut, kapper of pedicure breng. Ook ga ik regelmatig wandelen met cliënten. Mensen helpen, staat bij mij voorop. Daarom help ik altijd en overal. Als iemand de weg kwijt is, loop ik mee. En als een taxichauffeur naar binnen komt en er is niemand bij de receptie, dan ga ik op zoek naar degene voor wie de taxi bedoeld is. Door te helpen, geef ik mensen een goed gevoel en het voelt voor mezelf ook goed. Ik vind het leuk om te zien dat cliënten vaak opfleuren en naar me zwaaien wanneer ze me zien binnenkomen bij Wijerode. Als ambassadeur van Mondriaan probeer ik elke dag een positieve sfeer te creëren. Een vriendelijk goedemorgen, een glimlach of een kort gesprek: het zorgt voor direct en waardevol contact met cliënten en collega's. Vanuit mijn privésituatie weet ik hoe belangrijk het werk is dat Mondriaan doet. Dat maakt me extra trots om hier te werken.”

#ikbenmohammad

*“Vanuit mijn
privésituatie
weet ik hoe
belangrijk het
werk is dat
Mondriaan
doet. Dat
maakt me
extra trots om
hier te werken.”*

*“Ik ben trots
wanneer ik zie
dat mensen
met minder
klachten of
beter begrip
van hun
situatie verder
kunnen.”*

**Renske Uiterwijk (34),
gz-psycholoog en onderzoeker**

“Ik werk sinds 2021 bij de ambulante tak van Mondriaan Ouderen, onder andere binnen het zorgprogramma Neuropsychiatrie. Hier behandelen we mensen met cognitieve en psychiatrische problemen. Het is onze ambitie om meer wetenschappelijk onderzoek en innovatie toe te passen in ons werk. Daarom maak ik deel uit van een onderzoeksgroep binnen het zorgprogramma Neuropsychiatrie. We werken onder meer aan een landelijk onderzoek genaamd Trauma Testament. Het doel is een tool te ontwikkelen waarmee we informatie over traumatische ervaringen en mogelijke triggers kunnen opslaan en beschikbaar kunnen maken voor zorgverleners en naasten.

Wat mijn werk zo boeiend maakt, is de diversiteit. Binnen de poli is het werk sowieso heel afwisselend, we doen zowel diagnostiek als behandeling. Het wetenschappelijke aspect geeft mijn werk extra diepgang. Ik hoop dat we door middel van onderzoek de behandelingen voor onze patiënten verder kunnen verbeteren, zodat we hun kwaliteit van leven verhogen.

Ik ben trots op mijn werk, vooral wanneer ik zie dat mensen met minder klachten of beter begrip van hun situatie verder kunnen. Dat is waar we het uiteindelijk voor doen.”

#ikbenrenske

**Angret Stollman (61),
ondersteuner cliëntenraad en
familie- en naastenraad**

“Een van de projecten waar ik trots op ben, is de nieuwe brochure voor familie en naasten. In gesprekken krijgen zij veel informatie te verwerken, die ze eenmaal thuis vergeten zijn. Er waren goede brochures beschikbaar, maar de informatie daarin was niet volledig. Daarom zijn we gezamenlijk een nieuwe brochure aan het maken. Ik werk ook mee aan de totstandkoming van de Naastenapp. Hiermee bieden we op een laagdrempelige manier steun en informatie aan familie en naasten. Het mooie aan mijn werk is dat ik echt iets kan betekenen voor cliënten en hun naasten. Als ondersteuner merk ik dat cliënten vaak openhartiger zijn naar mij dan naar hun begeleiders. Die openheid geeft me veel energie. Ambassadeur zijn van Mondriaan betekent voor mij dat ik met trots vertel over het werk dat we doen. In het contact met naasten probeer ik uit te leggen hoe belangrijk hun rol daarbij is. Daarom kijk ik ook continu hoe we hen beter kunnen betrekken en ondersteunen. Ik vind het fijn dat Mondriaan mij de ruimte biedt om te groeien en een waardevolle schakel te zijn tussen de organisatie, de cliënten en hun naasten.”

#ikbenangret

*“Het mooie
aan mijn werk
is dat ik echt
iets kan
betekenen voor
cliënten en
hun naasten.”*

**De
familie- en
naastenraad
zoekt nieuwe
collega's**

*“Betrokkenheid
van de familie en
naasten is goed
voor iedereen:
voor de patiënt,
de familie en de
behandelaar.”*

- oproep -



**Wil jij je stem
geven en laten horen
aan de familie- en
naastenraad van
Mondriaan?**

**Samen
kunnen we
meer!**

Mondriaan wil familie en naasten nog meer betrekken bij wat er met hun dierbare patiënt gebeurt. In elke fase - vanaf de aanmelding tot en met het herstel - moeten zij hun stem kunnen laten horen.

“Samen met de raad van bestuur geeft de familie- en naastenraad van Mondriaan vorm aan ons familie- en naastenbeleid”, aldus Jean-Paul Essers, voorzitter van de raad van bestuur. “De afgelopen jaren is er al een mooie basis gelegd met verschillende initiatieven. Betrokkenheid van de familie en naasten is goed voor iedereen: voor de patiënt, de familie en de behandelaar. Richting de toekomst willen we daarom nóg meer dan nu gebruikmaken van de expertise van familie en naasten.”

Afscheid Maryo, Jeanette en Karin

Eind augustus namen Maryo Schlechtweg, Jeannette Simons en Karin van den Berg afscheid als lid van onze familie- en naastenraad. Maryo heeft 10 jaar in de raad gezeten, Jeanette 16 jaar, en Karin maar liefst 23 jaar. Wij bedanken hen voor het belangrijke werk dat ze in die periodes hebben verricht.

Interesse?

Vanwege het afscheid van deze gewaardeerde leden zijn we op zoek naar nieuwe leden die onze familie- en naastenraad willen versterken. Heb je interesse? Stuur dan een mail naar familieraad@mondriaan.eu of bel met ondersteuner Angret Stollman: 06-28 22 39 53.

vizier op veiligheid

Dit is het eerste verhaal in onze nieuwe rubriek Vizier op Veiligheid, waarin we in gesprek gaan met medewerkers over dit belangrijke onderwerp. We trappen af met een interview met beveiliging Glenn van Zundert en stafmedewerker Veiligheid Tom Duijsings. “Wat de beveiligers doen, is nog nauwelijks bekend bij onze collega’s.”



“We zetten ons in voor de veiligheid in de gebouwen en op onze terreinen. Dat doen we vooral door zichtbaar te zijn en onze surveillancerondes te lopen”, vertelt beveiliging Glenn van Zundert. “Vanuit de meldkamer in Heerlen houden we de camerabeelden in de gaten en gaan we soms gericht ergens naartoe. Op die manier werken

we vooral preventief. We hebben exact dezelfde bevoegdheden als het zorgpersoneel of als iedere andere willekeurige burger. We hebben geen middelen om onszelf te beschermen. We volgen trainingen waarin we leren hoe we bij een incident moeten handelen. Als we fysiek moeten ingrijpen, doen we dat zo humaan mogelijk.”

DE-ESCALEREND EN ONDERSTEUNEND

“Zorgpersoneel en beveiligers volgen dezelfde trainingen”, vult stafmedewerker Veiligheid Tom Duijsings aan. “Mensen denken vaak ‘de beveiligers lossen het wel op’, maar het is dus niet zo dat zij andere dingen kunnen of mogen.” Glenn: “Als een situatie uit de hand loopt, is het in eerste instantie aan het zorgpersoneel om met woorden de betrokkenen te kalmeren. Als dat niet lukt, worden wij erbij geroepen. Dan is het soms al zo geëscaleerd dat er niet meer veel te



praten valt. De betrokkenen zitten vaak heel hoog in hun emotie. Het is dan aan ons om de-escalerend en ondersteunend te werken.”

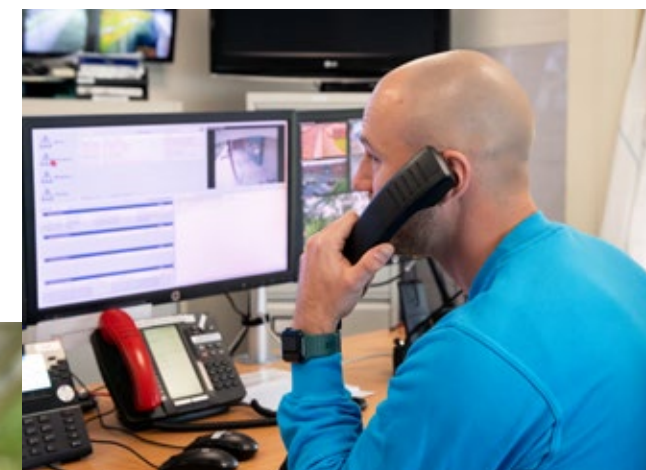
ZICHTBAAR EN AANSPEEKBAAR

“Dat de beveiligers zichtbaar en aanspreekbaar zijn, vergroot het veiligheidsgevoel van medewerkers, cliënten en bezoekers”, weet Tom. “Maar wat de beveiligers doen, is nog nauwelijks bekend bij onze collega’s. We zijn 24 uur per dag, 7 dagen in de week aanwezig. Vanuit de meldkamer houden we overzicht. Als ergens op het terrein of in de algemene gebouwen iets opvallends gebeurt, kunnen we

daar specifiek een camera op richten. Als ergens een alarm afgaat, gaat een beveiliging naar die afdeling. De medewerker die in de meldkamer blijft, roept ondertussen extra bedrijfshulpverleners op of hulpdiensten zoals brandweer, politie en ambulance.”

VAN NUL NAAR HONDERD

“Een beveiliging heeft het vermogen om van nul naar honderd te gaan zodra een alarm gaat”, vervolgt Tom. “Ook bijvoorbeeld tijdens een nachtdienst waarbij het al enkele uren erg rustig is. Een goede beveiliging staat direct aan. ➤



“Een goede beveiliging staat direct aan.”

Over de afdeling Veiligheid

Binnen de afdeling Veiligheid van Mondriaan werken 35 mensen in vaste dienst. Dit zijn beveiligers en stafmedewerkers. Met de inhuur van Polygarde erbij gaat het om ongeveer 42 mensen. 24 uur per dag, 7 dagen in de week, zijn beveiligers aanwezig. De interne beveiliging werkt in diensten verdeeld over twee locaties in Heerlen en Maastricht. In de meldkamer, in de hoofdlocatie in Heerlen, zijn altijd minimaal twee beveiligers aanwezig.

*“Of je nou
in de catering
of in de directe
zorg werkt,
veiligheid begint
bij jezelf.”*



Die hoeft niet eerst instructies te lezen of een belangrijk telefoonnummer op te zoeken. Een andere kenmerkende eigenschap van een beveiligers is de manier waarop hij of zij analyseert. Beveiligers letten op heel andere dingen dan andere medewerkers. Ze zien direct dat een kar met wasgoed voor een nooduitgang staat. Als er drie jongeren op een bankje zitten waar normaal niemand zit, of als iemand heel lang over de parkeerplaats loopt, signaleren en observeren de mensen in de meldkamer dat en gaat de surveillant direct naar die plek.”

DE KNOP OMDRAAIEN

Het meest uitdagende aan werken als beveiligers is de onvoorspelbaarheid. “Ik vond het heel spannend te ondersteunen toen ik de eerste keer iemand moest separeren”, herinnert Glenn zich. “Maar na een tijdje ga je rustig op een situatie af als je wordt opgeroepen. Vaak zijn het kleine akkefietjes. Maar soms is de situatie heel anders dan je verwacht.”

“Toen ik negen jaar geleden solliciteerde, kreeg ik de vraag hoe ik op schokkende gebeurtenissen reageerde”, gaat hij verder. “Ik was net twintig en antwoordde eerlijk dat ik geen idee had. Nu, negen jaar verder, weet ik dat ik in heftige situaties de knop kan omdraaien en mijn werk kan doen.”

IEDEREEN STAAT KLAAR

In het geval van een incident wordt de situatie achteraf uitvoerig besproken, geëvalueerd en gerapporteerd. Glenn: “Daarbij kijken we allemaal naar onszelf, zonder vingerwijzen.” Tom en Glenn zijn trots op hun werk en op hun collega's. Tom: “In tijden van nood staat iedereen klaar voor elkaar. Iedereen is bereid om te helpen, dat is mooi om te zien.”

VEILIGHEID BEGINT BIJ JEZELF

Veiligheid is niet alleen de verantwoordelijkheid van de beveiligers. Iedere medewerker kan bijdragen aan onze veiligheid.

Tom: “Of je nou in de catering of in de directe zorg werkt, veiligheid begint bij jezelf. Ben je bewust van de plek waar je werkt. Ken je cliënten, weet welke problematiek er bij hen speelt en blijf alert. Dit geldt ook voor het kantoorpersoneel. Regelmatig constateren onze beveiligers een openstaande deur bij een kantoor waar niemand aanwezig is, maar waar wel een jas, tas en elektronica (gsm, tablet of laptop) liggen. Sluit je deur en zorg ook dat je je eigen werkplek, omgeving en de bijbehorende vluchtroutes kent.”

“Nieuwe medewerkers vertellen we over veiligheid en wat ze zelf kunnen doen”, gaat Tom verder. “Straks krijgen nieuwe medewerkers tijdens de introductie ook een rondleiding langs de meldkamer. Sommige afdelingen doen dit zelf al. Dat werkt goed. Maar ik denk dat nog niet iedereen weet dat onze meldkamer bestaat en waar die is. Beveiliging is voor sommige afdelingen nog onbekend terrein.” ●

*“Dat de
beveiligers
zichtbaar en
aanspreekbaar
zijn, vergroot
het veiligheids-
gevoel.”*



favorieten



In deze rubriek leer je onze medewerkers anders kennen. Hoe zijn ze privé: wat zijn hun favoriete plekken of bezigheden?

Jeroen Kampkes woont met zijn gezin in Best. Hij heeft een achtergrond binnen de reguliere en de forensische zorg. Hij begon zijn werkende leven bij Defensie. Later werkte hij in een justitiële jeugdinrichting, tbs-kliniek De Rooyse Wissel. Sinds 2011 was Jeroen verbonden aan GGzE in Eindhoven, waarbij hij de laatste vijf jaar verantwoordelijk was voor de forensische zorg binnen De Woenselse Poort. Sinds 1 september 2024 is hij lid van de raad van bestuur van Mondriaan.



#ikbenjeroen

“Ik hoefde niet weg waar ik zat, was niet acuut op zoek naar iets nieuws. Maar twee mensen tipten mij voor de functie en ik verdiepte me in Mondriaan. Wat ik las en hoorde, sprak me aan. Ik kan me heel erg verbinden met ‘Wij zijn Mondriaan’. Mondriaan is er voor alle kwetsbare mensen en laat niemand tussen wal en schip vallen. Dat vind ik mooi. Dus besloot ik te solliciteren.”

VLOTTEN BOUWEN IN DE KELDER

Jeroen werd geboren in Heerlerheide en verhuisde op zijn negende met zijn ouders en broer naar een achttiende-eeuwse vakwerkboerderij in Amstenrade, waar later zijn jongste broer is geboren. “Het opknappen en verbouwen duurde twaalf jaar. We gingen niet op vakantie, maar dat vonden we niet erg. Na een flinke regenbui bouwden we vlotten in de ondergelopen kelder. We maakten hutten van bouwmaterialen. We hadden ganzen, kippen en honden. Ik had via mijn opa een tijdje postduiven. Een jeugd uit een jongensboek.”

Na de mavo twijfelde Jeroen tussen de mbo-opleiding verpleegkunde en havo. Het werd havo. Waarna hij opnieuw twijfelde. Nu tussen de hbo-opleiding verpleegkunde en atheneum. Het werd atheneum. “Uiteindelijk koos ik niet voor verpleegkunde maar voor psychologie. Dat kwam door een jongen die ik als scoutingleider in Hoensbroek in mijn groep had. Hij deed

“Mondriaan is er voor alle kwetsbare mensen en laat niemand tussen wal en schip vallen. Dat vind ik mooi. Dus besloot ik te solliciteren.”

alleen mee aan een activiteit als je hem letterlijk optilde en in de groep zette. Dat zette mij aan het denken. Toen had ik geen idee wat er met die jongen aan de hand kon zijn. Nu denk ik aan een vorm van autisme. Zijn ouders deden hem op scouting in de hoop dat hij aansluiting bij leeftijdsgenoten vond.”

ZANDZAKKEN EN AGGREGATEN

Jeroen studeerde kinder- en jeugdpsychologie en cultuurpsychologie in Tilburg. “Het was goed voor mij om Limburg te verlaten. Al kwam ik wel terug voor een stage bij Het Keerpunt (nu Via Jeugd) in Cadier en Keer.” Na de universiteit ging Jeroen als psycholoog bij Defensie werken. Intern volgde hij de opleiding tot gz-psycholoog. Hij ging enkele keren kort naar Afghanistan en Bosnië en in 2004 op uitzending naar Irak. “Ik ontmoette Anne Rose bij Defensie. We gingen samenwonen terwijl ik in

Irak was, omdat zij in Utrecht woonde en toen zelf een baan bij Mondriaan kreeg. Tijdens ons wekelijkse telefoontje zei ze dat ze haar spullen naar mijn huis in Eindhoven ging brengen.”

Toen Jeroen in 2006 in het Amerikaanse kamp in Kandahar, Afghanistan voor de zoveelste keer over grind langs zandzakken liep met het geluid van de ronkende aggregaten in zijn oren, bedacht hij dat hij meer psycholoog was dan militair. Hij verliet Defensie. ➤



Via Den Hey-Acker en De Rooyse Wissel kwam Jeroen bij GGzE terecht. Hij werkte er dertien jaar en volgde een opleiding tot klinisch psycholoog. "Eindhoven werd ons thuis. We gingen de stad steeds meer waarderen. Een van mijn favoriete plekken in Eindhoven is de Plaza Futura, het oude filmhuis waar je ook goed kunt eten.

"Ik word zen van grasmaaien."

Een andere plek die energie geeft, is Strijp S. Dat de oude Philips-gebouwen niet zijn afgebroken, was een goede zet van de stad. Hoe gaaf zou het zijn geweest als bijvoorbeeld een deel van Staatsmijn Emma bewaard was gebleven. Het verleden moet je koesteren!"

Jeroen vindt geschiedenis interessant en fascinerend. "Van ons huis in Amstenrade met de oude waterput en de gewelfde kelder. Maar ook van het hele dorp. In de oorlog werkte je óf voor de graaf, die een bekende NSB'er was, óf in de mijnen. Beide misschien niet helemaal vrijwillig, maar je moest gewoon je werk doen, anders had je niets te eten. Als ik films en series kijk, zoek ik op of de feiten van de historische figuren en gebeurtenissen kloppen. Zo kwam ik erachter dat Kennedy Island écht bestaat."

GRASMAAIEN ALS ONTSPANNING

Ontspannen doet Jeroen vooral door te lezen, te fietsen en in de tuin te werken. "Ik word zen van grasmaaien. Ik denk dan aan niets, behalve of ik links of rechts om de boom heen ga. Er komt echt geen robotmaaier." Het favoriete land om tot rust te komen is Schotland. "De indrukwekkende leegte van de Highlands heb ik soms nodig om helemaal af te schakelen. Ik houd van mensen, maar vind het ook heel fijn om samen met mijn gezin of helemaal alleen te zijn." ●



Mondriaan in beweging

... met de Mondriaan Challenge

Na drie succesvolle edities trapte de **Mondriaan Challenge** in september opnieuw af en werden onze medewerkers uitgedaagd om in beweging te komen. Ze werden uitgedaagd wandelend of hardlopend een totaalafstand van honderd kilometer te bereiken, of vierhonderd kilometer te fietsen. De weekopdrachten zorgden voor een extra uitdaging, waarbij deelnemers bijvoorbeeld een figuur in hun afgelegde route moesten maken of een leuke foto moesten delen van hun lunchwandeling.

Saskia Bastings was een van de gemotiveerde collega's die de uitdaging aanging. Ze sprong op haar fiets en legde maar liefst 628 kilometer af. "Hoewel ik mijn doel van 750 kilometer uiteindelijk niet heb gehaald, fietste ik meer dan 10.000 hoogtemeters in september. In de Franse Alpen klom ik naar de top van onder andere de welbekende Alpe d'Huez en Col du Galibier. De lange beklimmingen waren pittig, maar de voldoening en prachtige uitzichten maakten het meer dan de moeite waard."

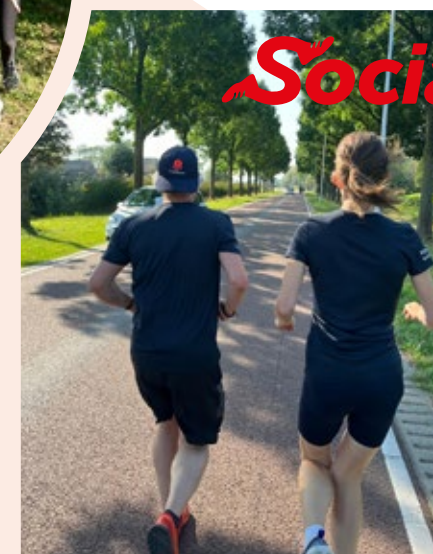


Dat je met z'n allen een teamprestatie neerzet voor een bijzonder goed doel. Volgend jaar weer! - Paul

... voor inclusie tijdens de Socialrun

Op vrijdag 20 september verzamelde een groep collega's zich vroeg in de ochtend op het plein voor onze hoofdlocatie in Heerlen. **Hun missie?** De start van de Socialrun, een estafetteloop van 555 kilometer dwars door Nederland. Dit jaarlijkse event, georganiseerd door stichting Socialrun, vraagt aandacht voor inclusie in de ggz en zamelt geld in voor belangrijke projecten die dit doel ondersteunen. Team Mondriaan stond weer met veel enthousiasme aan de start. Dankzij de bijdrage van de lopers, fietsers, het ondersteuningsteam en de sponsors bereikten we op zondagmiddag 22 september de finishlijn en haalden we een mooi bedrag op voor dit goede doel.

Socialrun



Sterre vindt Kinderen en Jeugdigen de leukste afdeling om te werken. Dat had ze niet verwacht toen ze aan de mbo-opleiding verpleegkunde begon. Tijdens een stage ontdekte ze dat het juist de kinderen zijn waar ze energie van krijgt. “De doelgroep is jong, daar kun je nog heel veel kanten mee op. Het maakt me trots als ik kinderen zie groeien.”

Anderen enthousiast maken

#ikbensterre



Sterre Pellerei, ggz-verpleegkundige 2
Volgt intern de hbo-opleiding verpleegkunde
‘Banenambassadeur’ Kinderen en Jeugdigen

In het eerste jaar van de reguliere mbo-opleiding verpleegkunde liep Sterre in 2019 stage in de ouderenzorg bij Mondriaan. “Het werk en de sfeer bevielen me, dus bleef ik hangen als weekend- en vakantiehulp. Het beviel zelfs zo goed, dat ik besloot de rest van de opleiding intern te doen.”

“Ik ben heel trots als iemand naar een andere groep mag, of naar huis.”

In de drie jaar die volgden, maakte ze kennis met veel verschillende afdelingen. Haar laatste werkplek, bij Kinderen en Jeugdigen, vond ze het meest uitdagend. Daar wilde ze blijven. “Ik kom hier iedere dag met plezier naartoe. Soms is er een incident dat een paar dagen blijft malen. Het contact met de ouders loopt wel eens mis. En sommige casussen zijn best wel heftig. Maar 99 van de 100 keer ga ik positief naar het werk en positief weer naar huis.”

GEEN DAG HETZELFDE

Wat is er dan precies zo leuk? “Geen dag is hetzelfde en ik word iedere dag uitgedaagd. Tijdens mijn opleiding heb ik veel over de zorg geleerd, maar niet veel over pedagogiek. Hoe begeleid je een jongere het best? Hoe motiveer je een kind? Daar kan ik nog veel over leren. Het is bijzonder om lang betrokken te zijn bij een kind en een

vertrouwenspersoon te zijn. Ik help de jongeren met van alles. Met kleine dingen, zoals zorgen dat ze hun kamer opruimen. Maar ook met grote dingen, zoals bespreken welke doelen ze op de lange termijn hebben en hoe ze daar stapje voor stapje gaan komen. Ik ben heel trots als iemand naar een andere groep mag, of naar huis.”

Sterre is behalve blij met haar werk ook vol lof over het team. “We zijn als collega's heel hecht. Zij zijn de belangrijkste drijfveer om niet meer weg te willen van deze afdeling. Als ik vrij ben, bel of app ik toch soms met collega's. Niet omdat ik het werk niet kan loslaten, maar omdat ik gewoon nieuwsgierig ben hoe het met een bepaalde jongere gaat die dag.”

ONDERBOUWEN MET THEORIE

Toen de mogelijkheid zich voordeed om de hbo-opleiding verpleegkunde intern te volgen, hoefde Sterre niet lang na te denken. Ze besprak het met haar leidinggevende. “Het grootste verschil tussen mbo en hbo is dat ik dingen die ik voorheen vooral op gevoel deed, nu veel beter kan onderbouwen. Ik weet meer van de theorie waarom een bepaalde benadering of handeling de juiste is. Ik maak daardoor zelfverzekerder bepaalde keuzes, geef vaker mijn mening en kan beter opkomen voor mezelf.”

Wat Sterre niet meer wilde, was op allerlei verschillende afdelingen werken tijdens de opleiding. “Mijn toekomst ligt echt bij Kinderen en Jeugdigen. De

opleiding is voor mij aangepast. Ik ben het eerste proefkonijn dat de hele opleiding op dezelfde afdeling volgt. Mijn doel is om mijn opleiding af te maken en hier te blijven werken. Uiteindelijk wil ik binnen Mondriaan nog verder doorstromen, misschien naar een leidinggevende functie, maar voorlopig heb ik nog genoeg te leren met ‘mijn’ jongeren.”

AMBASSADEUR VOOR KINDEREN EN JEUGDIGEN

Leren en werken is nog niet genoeg voor Sterre. Ze maakt ook andere mensen enthousiast om bij Kinderen en Jeugdigen te komen werken. “Tijdens mijn mbo-opleiding ging ik regelmatig mee naar open dagen op scholen. Dat beviel me super goed. Daarna werd ik gevraagd om namens Kinderen en Jeugdigen scholen en banenmarkten te bezoeken. Ik vind het leuk om anderen meer te vertellen over deze plek. Buitenstaanders denken vaak aan gedragsproblemen, escalatie en agressie. Maar over de mooie en leuke dingen horen ze niet veel. Dat we samen buitenspelen en uitstapjes maken. En het allerbelangrijkste: dat we de kinderen klaarstomen voor een zo normaal en fijn mogelijk leven, thuis bij familie of op zichzelf.” ●

Liefde voor leven

Het onvoorziene
Leven voor liefde
Ontnomen

Troost bestaat
Maar hoe dan?
Na deze daad
In geen geval

Schrik ik toch
Wreek ik toch
Bid ik toch
Smeek ik toch
Wil ik toch
Geef ik toch

Het onvoorziene
Leven voor liefde
Ontnomen

Dat blijft
Onze strijd
Overkomen

Liefde voor leven
Zoeken
Zo zij het wil
In ons hart
Is het nooit stil

Klinkt haar stem
Door
Hoe beklemd
Dan ook
Dragen we uit
Haar energie
Haar geluid
Vergeten we niet
Luid

Haar visie
Haar kracht
Die verdient
Te worden gezien
Keer op keer
Onverteerd
Houdt ze ons vast

Liefde voor leven

Door: Ellen Gielkens, gz-psycholoog
Ambulante behandeling Heerlen



Voor onze collega Melanie.
Wij missen haar ontzettend en
zullen haar nooit vergeten!

Tijdens de Internationale Dag
van de Mentale Gezondheid op
10 oktober is onze hoofdlocatie
in Heerlen geselecteerd als:

te gek groen icoonlocatie



**RVE-manager Therapieën en
projectleider Groene GGZ Bjorn
Frissen over de selectie:**

“Met de subsidie en terrein-
ontwikkeling hopen we in Heerlen
een proeftuin neer te zetten
waardoor medewerkers zich
uitgenodigd voelen om buiten te
behandelen, rapporteren,
overleggen, en te ontspannen.
Ons streven is dat dit het nieuwe
normaal wordt, en dat een grote
groep medewerkers hier gebruik
van gaat maken.”

Inspiratiebron voor de ggz

Samen met dertien andere
icoonlocaties willen wij een
inspiratiebron zijn voor andere
ggz-instellingen in Nederland.
De komende drie jaar werken
we aan een blijvende impact
van de natuur op ons terrein
en de gezondheid van onze
cliënten, medewerkers en
buurtbewoners. Dit project
biedt ons de kans om op
innovatieve wijze te laten zien
hoe de natuur een integraal
onderdeel kan worden van
mentale zorg en welzijn voor
iedereen.

**“Maak ook eens
een pauzewandeling”**

Wat betekent dit voor Mondriaan?

Als groene icoonlocatie zijn wij
pionier binnen het landelijke
initiatief Groene GGZ van IVN
Natuureducatie en Nature For
Health. We krijgen extra onder-
steuning om ons terrein om te
vormen tot een plek waar natuur
en gezondheid onlosmakelijk
met elkaar verbonden zijn. Deze
groene hotspot is er voor onze
cliënten, medewerkers én
buurtbewoners. Samen creëren
we een omgeving waarin natuur
een belangrijk onderdeel is van
herstel en het dagelijkse leven.

Waarom is dit belangrijk?

Uit onderzoek blijkt dat natuur
een positief effect heeft op zowel
fysieke als mentale gezondheid.
Dit draagt bij aan een gezondere
en veerkrachtigere gemeenschap.
Bij Mondriaan hebben we al
veertig jaar ervaring met het
werken in het groen met
psychiatrische patiënten, en
we zijn vastbesloten om het groen
nog toegankelijker te maken voor
iedereen. Dankzij de benoeming
tot icoonlocatie kunnen we ons
terrein verder ontwikkelen, met
meer biodiversiteit en een betere
verbinding tussen natuur en mens.

Groen is er niet alleen voor
onze cliënten. Ook voor onze
medewerkers is het belangrijk
om regelmatig naar buiten te gaan
en te ervaren hoe de natuur je
werkdag kan verfrissen.
Zin in een wandeling? Ga ook eens
naar buiten tijdens de pauze en
ontdek hoe een frisse neus jouw
dag positief kan beïnvloeden.

Psychiater en praktijkhoogleraar Joost à Campo neemt afscheid

"Ik kan niet tegen onrecht. Ook nu ik met pensioen ga, blijf ik mijn mening vormen en waar nodig uitdragen."

Het hele afscheidsinterview met Joost lees je hier:



Met een diepe buiging nam Mondriaan op 17 oktober afscheid van psychiater en praktijkhoogleraar Joost à Campo (66), grondlegger van de transforensische psychiatrie in Nederland. Een pionier die in zijn drang om de geestelijke gezondheidszorg te verbeteren maatschappelijke grenzen verlegde.

We vroegen een aantal collega's om herinneringen aan Joost op te halen.

Ruud Meers (teamcoach, afdelingshoofd BW Heiveld en hoofd BHV) herinnert zich de volgende uitspraak van Joost:

"Als je doet wat je kunt uitleggen en onderbouwen, kan het niet verkeerd zijn."

René de Bruijn (psychiater en zorgdirecteur volwassenen) kreeg deze wijze les van Joost:

"Wat je ook doet, zorg dat je jezelf in de spiegel kunt blijven aankijken."

"Als ik aan Joost denk komt meteen zijn bulderende lach boven. 'We moeten de humor erin houden, ondanks alle ernstige zaken', zei hij dan", aldus **Miranda van den Boogaard** (RVE manager sector Intensief, kliniek volwassenen).



Gabriel Esquivel (psychiater bij Mondriaan Forensische Zorg) neemt samen met enkele collega's het onderzoekswerk en de onderwijsactiviteiten van Joost over. "Voor mij is Joost à Campo veel meer dan de grondlegger van de transforensische psychiatrie", vertelt hij. "Ik zal hem herinneren als een zeer enthousiaste, kundige en ervaren collega die altijd beschikbaar was voor overleg en op wie ik veilig kon leunen."

"Ik ben niet te beroerd om iemand schizofreen te noemen"

zei Joost ooit tegen **Leon Beckers** (psychiater bij FACT Kerkrade).

Leon: "Hij bedoelde hiermee dat een 'zware' psychiatrische diagnose soms vermeden wordt om stigmatisering te voorkomen, terwijl de patiënt hier natuurlijk ook baat bij heeft door erkenning van zijn beperking en het krijgen van passende zorg."

Ontdek en ontwikkel jezelf

Volg het traineeship
bij Mondriaan! Nieuwsgierig? →



Mondriaan



voor geestelijke gezondheid