

Activiteiten Jaarverslag 2023 van de stichting Familieleden Psychiatrische Patiënten Westelijk Noord Brabant (afgekort FPPWNB)

De Stichting Familieleden Psychiatrische Patiënten Westelijk Noord-Brabant (FPPWNB) is al sinds 1995 actief. Het is een mantelzorg organisatie en geeft ondersteuning aan mensen/familieleden, die de zorg hebben voor een psychisch ziek familielid. Het doel is de levensomstandigheden van familieleden, verwanten en andere directbetrokkenen van psychiatrische patiënten/cliënten in de regio daar waar nodig te verbeteren en hun belangen te behartigen. Vanaf de oprichting wordt intensief samengewerkt met de regionale werkgroep Ypsilon Westelijk Noord-Brabant, sinds kort MIND Ypsilon regio Westelijk Noord-Brabant, die is ondergebracht bij de stichting.

In 2021 is een nieuw beleidsplan gemaakt voor de periode 2021-2025. Mede op grond van het feit dat het voor FPPWNB moeilijk is om nieuwe vrijwilligers te vinden heeft het bestuur besloten dit beleidsplan aan te passen en wel in die zin dat aansluiting wordt gezocht bij MIND Ypsilon, een landelijke vereniging, met regionale afdelingen, die familieleden en naasten van mensen met een (ernstige) psychische kwetsbaarheid ondersteunt, adviseert en informeert en opkomt voor hun belangen. Dit heeft geresulteerd in een aanpassing van het beleids-en activiteitenplan te beginnen voor het jaar 2024. Eind 2023 is het voorstel tot aanpassing in het bestuur besproken en begin 2024 vastgesteld. In bijlage 3 is deze aanpassing weergegeven.

In het kort houdt dit in dat de huidige activiteiten van FPP WNB, worden ondergebracht bij MIND Ypsilon en bij Boven-Jan. Dit is het nieuwe online platform voor mentale gezondheid.

Met dit initiatief wil MIND Ypsilon naasten een modernere mogelijkheid bieden om elkaar te vinden, te verbinden en elkaar te versterken. Leden van Ypsilon en Plusminus konden van vanaf medio juni 2023 als eersten op dit platform. Inmiddels kunnen ook anderen het platform gratis bereiken via www.boven-jan.nl.

Boven-Jan bestaat uit verschillende onderdelen: de **Community** waar je gelijkgestemden kunt ontmoeten, **Informatie** over verschillende aandoeningen, het laatste nieuws en activiteiten en **Hulp en ondersteuning** met onder andere een eSpreekuur.

1. ONDERSTEUNING FAMILIELEDEN

Mindcafé

Net als voorgaande jaren werden er in 2023, 6 Mind cafés gehouden. De regionale mindcafé's worden afwisselend gehouden in Bergen op Zoom en in Roosendaal en bedoeld voor alle inwoners in West Brabant.

Een Mindcafé is een plek waar naastbetrokkenen van mensen met een psychiatrische aandoening elkaar ontmoeten, hun ervaringen kunnen delen, elkaar ondersteunen en leren om beter voor zichzelf te zorgen. Eigenlijk een vorm van een zelfhulpgroep. Gemiddeld bezoeken nu 25 mensen het Mindcafé.

Omdat er nog steeds een soort taboe rust op psychiatrische problemen is het moeilijk om deelnemers te vinden, werken we samen met de ervaringsdeskundigen van de GGZ, de familie vertrouwens persoon en het maatschappelijk werk. Deelnemers melden zich ook aan via mond op mond benadering van de deelnemers.

Bij elke bijeenkomst is steeds een informatiepakket met informatie rond het behandelde thema beschikbaar voor de deelnemers / belangstellenden.

Psy salons

In 2023 zijn geen aparte psy salons georganiseerd maar we hopen in de loop van 2024 weer psy salons te kunnen organiseren, waarbij dan in samenwerking met andere organisaties informatie wordt gegeven over ziektebeelden en veranderingen binnen de GGZ.

Telefonisch contactpunt

Het doel van het telefonisch contactpunt is op de eerste plaats een luisterend oor te bieden. Het contactpunt biedt ondersteuning aan GGZ mantelzorgers, functioneert als vraagbaak, zorgt voor bemiddeling, adviseert hoe om te gaan met een patiënt.

Omdat het telefonisch contactpunt eigenlijk alleen via de website te vinden is, krijgen we "hulpvragen" uit heel Nederland. Het valt op dat van deze hulplijn vooral gebruik wordt gemaakt als er sprake is van een crisissituatie. De meeste mensen, die contact zoeken, zijn uitgeput en voelen zich machteloos. Mensen in crisis zijn opgelucht als ze hun verhaal kunnen vertellen en zijn blij als ze advies krijgen. In 2023 hadden we in totaal rond de veertig telefoontjes.

Website

De website www.fppwnb.nl is in 2019 vernieuwd, en sinds die tijd zijn we ook te vinden op Facebook.

In 2023 is de website ongeveer 2000 keer geraadpleegd. Dat is minder dan in 2022. Uit de statistieken blijkt dat het onderwerp ondersteuning en voorlichting het meest wordt bezocht.

Via email dan wel via de telefoon werden verzoeken om meer informatie en /of een hulpvraag ingediend bij het FPPWNB bestuur. Deze zijn steeds op korte termijn, beantwoord.

FPPWNB Ontmoetingsmiddag 2023

De jaarlijkse ontmoetingsmiddag voor mantelzorgers psychiatrie, Ypsilon leden en reguliere bezoekers van de FPPWNB activiteiten heeft plaatsgevonden op zaterdag 26 augustus 2023 in Roosendaal. Met een stadswandeling gevolgd door een gezellig samenzijn, waarbij tevens inhoudelijke gesprekken werden gevoerd. Vermeldenswaard was dat we als FPPWNB wederom enkele nieuwe mensen bij deze ontmoetingsmiddag konden verwelkomen.

Familieavonden GGZWNB

In 2023 zijn er geen openbare Familie avonden door GGZWNB georganiseerd.

2. SAMENWERKING en BELANGENBEHARTIGING

Vanaf haar oprichting werkt de stichting nauw samen met de volgende instellingen:

GGZWNB (Geestelijke gezondheidszorg Westelijk Noord-Brabant).

Door de vele reorganisaties binnen de GGZ is het lastig om de juiste personen te vinden, en heb je soms het gevoel dat je iedere keer weer opnieuw moet beginnen. Dit was voor de corona periode moeilijk maar ook na corona. In onze jaarverslagen van de laatste jaren is dit steeds aan de orde gekomen en waar mogelijk nader toegelicht.

In 2022 is door de leiding van de GGZWNB de strategie voor de periode 2022-2024 gepresenteerd en werden de nieuwe kernwaarden (samen, respect, vertrouwen) nader toegelicht.

In april 2023 heeft bij de GGZWNB een belangrijke organisatie verandering plaatsgevonden via het instellen van 6 nieuwe regioteams voor de divisie ambulante. Binnen een regioteam wordt zowel basis-GGZ en specialistische GGZ aangeboden.

In 2023 zijn met name de contacten tussen Herstel XL en FPPWNB opnieuw vormgegeven o.a. via de werkbijeenkomsten van Herstel XL en bestuursleden van FPPWNB. Daarbij ging onze belangstelling met name uit naar de Herstel groep voor Naasten die in 2023 van start is gegaan.

FamilieVertrouwensPersoon (FVP). In 2023 zijn er regelmatig contacten geweest met de FVP voor de GGZWNB.

Ypsilon Westelijk Noord-Brabant. Ypsilon was een landelijke belangenvereniging voor familieleden en naasten van mensen met een psychose gevoeligheid, maar vanaf 2023 zet MIND Ypsilon zich in voor alle naasten met een "ernstige" psychische kwetsbaarheid. Ongeacht de diagnose. Waarbij psychosegevoeligheid uiteraard de specialisatie van Ypsilon blijft.

In 2023 zijn de leden van MIND Ypsilon regio Westelijk Noord-Brabant uitgenodigd voor de activiteiten georganiseerd door FPPWNB. Gedurende dit jaar werden zij ook steeds op de hoogte gebracht van belangrijke (met name online) activiteiten, van MIND Ypsilon landelijk en van de andere activiteiten van MIND in zijn totaliteit.

We worden nu systematisch vermeld in de landelijk agenda. En in 2023 werd het online platform Boven-Jan gelanceerd, waarbij wordt samengewerkt met andere familieorganisaties.

Trialoog in Tilburg, de provinciale overkoepeling van familie-organisaties in Noord-Brabant van naastbetrokkenen van mensen met diverse psychiatrische ziektebeelden. Familieraden van de GGZ zijn ook vertegenwoordigd in Trialoog.

Steunpunten mantelzorg in Westelijk Noord-Brabant.

In de loop van 2023 zijn de contacten met de Steunpunten mantelzorg verder uitgebouwd. De Mindcafés worden steeds beter bezocht en er is meer interactie tussen de deelnemers.

Het jaarschema 2024 van de Mindcafé 's is te vinden in bijlage 2.

In de loop van 2023 zijn er uitgebreide contacten geweest tussen bestuursleden van FPPWNB en de medewerkers van de Steunpunten Mantelzorg Bergen op Zoom en Roosendaal over de mogelijkheden die MIND Ypsilon landelijk heeft om gesprekken en interacties tijdens de MIND-café 's meer toe te spitsen (bijvoorbeeld via onderwerpkeuze) en het vermijden van voetangels en klemmen tijdens de bijeenkomsten.

Tenslotte is in de tweede helft van 2023 via gesprekken tussen FPPWNB bestuurders, de medewerkers van de Steunpunten Mantelzorg Bergen op Zoom en Roosendaal en medewerkers van het landelijk bureau van MIND Ypsilon de basis gelegd voor de werkafspraken tussen de Stichting FPPWNB en WijZijn (in het bijzonder de Steunpunten Mantelzorg Bergen op Zoom en Roosendaal) met de landelijke organisatie van MIND - Ypsilon over het jaarlijks organiseren van tenminste 6 MIND-Café 's in de regio Westelijk Noord-Brabant in 2024 en de latere jaren. E.e.a. werd vastgelegd in het aangepaste beleidsplan van FPPWNB van januari 2024. (Zie bijlage 3)

3. BESTUURLIJKE INFORMATIE FPPWNB

Bestuur van de Stichting:

Ad Kolen (voorzitter),

Anje van Buuren-Meinardi (secretaris),

Riet Bovée (penningmeester), mede organisator psy salons en website,

Jan van Kouwen (bestuurslid algemeen).

Vrijwilligers bij FPPWNB:

Trifa Zangana, actief bij de organisatie van psy salons, familie ervaringsdeskundige.

Het secretariaat van FPP WNB is gevestigd op het adres:

Zonedauw 18, 4635 BM Huijbergen.

Telefoon: 0164 -642305. Email: anjeroelvanbuuren@hetnet.nl

Het Bankrekening nummer van de Stichting FPP WNB is NL30 INGB 006 8966 65

De Stichting FPP WNB heeft de ANBI status.

De website van de Stichting FPP WNB is www.fppwnb.nl

4. BIJLAGES

• Bijlage 1. Bijeenkomsten, studiedagen en symposia waaraan FPPWNB deelnam.

13 april 2023 Vergadering Raad van Advies MIND Ypsilon in Utrecht.

25 mei 2023 Terreinfoest GGZWNB.

27 juni 2023 Barbecue Mantelzorg Bergen op Zoom, 'Fort Bergen op Zoom.

29 juni 2023 Kennis sessie MIND Ypsilon "Levend verlies" met Manu Keirse.

21 september 2023 Kennis sessie MIND Ypsilon "Medicatie, écht op maat" door prof. Roos van Westrhenen.

7 december 2023 Kennis sessie MIND Ypsilon "Trauma en Lichaam" door Anne Marsman.

Vrijwilligersbijeenkomsten MIND Ypsilon in 2023, zoals op 18 november 2024 (rond o.a. Boven-Jan).

- **Bijlage 2, Het jaarschema 2024 van de MIND café 's.**

Het Mind café is een (regionale) ontmoetingsplek waar mensen die zorgen voor iemand met een psychische kwetsbaarheid. Het is een plek waar je verhaal kwijt kunt delen, elkaar kunt ondersteunen en ruimte is voor begrip en erkenning. Tijd: van 19.00 tot 21.00 uur.

23 januari Jacob Obrechtlaan 5 – 4611 AP Bergen op Zoom

26 maart Wijkcentrum, 't Dijksteeke – Dijkcentrum 191 – 4706 LB Roosendaal

21 mei Jacob Obrechtlaan 5 – 4611 AP Bergen op Zoom

23 juli Locatie nader te bepalen

24 september Jacob Obrechtlaan 5 – 4611 AP Bergen op Zoom

26 november Wijkcentrum, 't Dijksteeke– Dijkcentrum 191 – 4706 LB Roosendaal

- **Bijlage 3. Aangepast beleids-en activiteitenplan FPPWNB voor het jaar 2024 en verder.**

De Stichting Familieleden van Psychiatrische Patiënten Westelijk Noord Brabant, hierna te noemen FPP, is in 1995 opgericht met als doel familie, partners en ander naasten te ondersteunen bij het verwerken en omgaan met patiënten met verschillende psychiatrische ziektebeelden. Daarbij wordt tevens de zorg om de patiënt betrokken. Alle activiteiten van de Stichting worden op vrijwillige basis, uitgevoerd door mensen die zorgen voor iemand met een psychische kwetsbaarheid.

In januari 2018 is het toen geldende beleids-en activiteitenplan 2015-2018 met 2 jaar verlengd

Door de corona pandemie in 2020 is het formuleren van een aan de tijd aangepast beleids-en activiteitenplan van de Stichting FPPWNB achterwege gebleven. Vandaar dat pas in 2021 een aangepast beleids- en activiteitenplan voor de periode 2021 -2025 is opgesteld. In dat plan hebben we al rekening gehouden met de landelijke ontwikkelingen op het gebied van zorg en in het bijzonder die van de GGZ.

Mede op grond van het feit dat het voor FPPWNB moeilijk is om nieuwe vrijwilligers te vinden heeft het FPP bestuur besloten het huidige beleidsplan 2021-2025 aan te passen en wel in die zin dat aansluiting wordt gezocht bij MIND Ypsilon, een landelijke vereniging, met regionale afdelingen, die familieleden en naasten van mensen met een (ernstige) psychische kwetsbaarheid ondersteunt, adviseert en informeert en opkomt voor hun belangen.

Het doel van deze aansluiting is om de huidige activiteiten van FPP in de regio Westelijk Noord-Brabant (zoals o.a. het mede organiseren van MIND-Café 's in Bergen op Zoom en Roosendaal) onder te brengen bij Boven-Jan (nieuw online platform voor mentale gezondheid). In de toekomst zullen ook fysieke bijeenkomsten in de regio worden georganiseerd en/ondersteund) opgericht door Boven-Jan / MIND Ypsilon.

Het streven is er dan ook op gericht te komen tot werkafspraken tussen de Stichting FPPWNB en WijZijn en in het bijzonder de Steunpunten Mantelzorg Bergen op Zoom en Roosendaal met de landelijke organisatie MIND-Ypsilon over het jaarlijks organiseren van ten minste 6 MIND-Café 's in de regio Westelijk Noord-Brabant de komende jaren te beginnen in het jaar 2024. (Een MIND-Café is een ontmoetingsplek, gespreksgroep, lotgenoten contact voor mantelzorgers en naasten van personen met een psychische kwetsbaarheid).

In 2024 zullen deze MIND-Café 's worden georganiseerd door de Steunpunten Mantelzorg Bergen op Zoom / Roosendaal in samenwerking met de Stichting FPPWNB en later in het jaar in samenwerking met de regionale afdeling MIND -Ypsilon Westelijke Noord-Brabant.

De activiteiten rond de MIND-Café 's in de regio Westelijk Noord-Brabant zullen worden bekendgemaakt op de activiteiten lijst van Boven-Jan, maar ook op de website en sociale media kanalen van de steunpunten mantelzorg worden vermeld. Uitnodigingen worden via de email verspreid.

In de komende tijd zal ook bekeken worden in hoeverre de Stichting FPPWNB in 2024 nog een aparte website nodig heeft. Mogelijk kan gebruik gemaakt worden van de landelijke website van MIND-Ypsilon dan wel van de website van Boven-Jan.

Daarnaast wordt bekeken in hoeverre vergelijkbare werkafspraken mogelijk zijn tussen de Stichting FPPWNB, de landelijke organisatie MIND-Ypsilon en de Herstelacademie Herstel XL bij de GGZWB. Het doel van deze gesprekken is om de mogelijkheden te onderzoeken om in de toekomst tot een goede afstemming van het aanbod voor mensen die zorgen voor iemand met een psychische kwetsbaarheid te komen. Bovendien zal in 2024 bekeken worden naar de mogelijkheden om ook de GGZWB bij Boven-Jan te betrekken.

Deze aanpassing van het beleids-en activiteitenplan FPPWNB voor het jaar 2024 en verder is vastgesteld door het bestuur van FPPWNB in januari 2024.