

“WEER MEEDOEN AAN HET GEWONE LEVEN!”

MSS helpt mensen op het psycho-sociale vlak. Zij die eenzaam zijn, uit een opname komen, met psychische-, verslavings-, of leeftijdsproblemen. MSS wil mensen weer laten meedoen in de wijk, voorkomen dat ze terugvallen en zorgen dat mensen weer stappen kunnen gaan maken op de participatieladder.

“Voorheen werden psychisch kwetsbare burgers voornamelijk behandeld en begeleid binnen de muren van een instelling. Daar vonden de activiteiten plaats”, zegt coördinator Vriendendienst Arianne Verhoeven. “Sinds de ‘kanteling’ in de zorg woont deze groep vaker thuis en kan ze deelnemen aan de activiteiten in de wijk. MSS helpt om (weer) een netwerk op te bouwen als meedoen niet gemakkelijk gaat. Kortom: MSS maakt mensen krachtiger!” Dit gebeurt onder meer door de inzet van opgeleide ervaringsdeskundigen en vrijwillige maatjes. Arianne: “Momenteel zijn ongeveer 60 vrijwilligers actief om samen met hun maatje gezellige, sportieve, culturele en ontspannende activiteiten te ondernemen. Meedoen aan de gewone dingen van het leven, komt zo weer binnen bereik. Daarnaast zijn er op een aantal plekken in de stad inloopmogelijkheden.”

MSS is zeer laagdrempelig en bestaat uit de vier organisaties Novadic Kentron, RIBW Brabant, Thebe Thuisbegeleiding en GGz Breburg. Er is samenwerking met de Toegangsteams, buurtregie en het Zorg- en Veiligheidshuis. Mensen hoeven niet in behandeling te zijn of een beschikking te hebben.

UURTJE AANDACHT DOET WONDEREN

Mathilde Klerks is ervaringsdeskundige in opleiding bij GGz Breburg en was een jaar of tien in behandeling: “Mijn leven stond op zijn kop. In alle lagen ging het niet goed. Ik had veel meegemaakt waardoor ik mezelf verloor, om het zo maar eens te zeggen. Vanaf nul moest ik alles weer opbouwen: contacten, financiën, de opvoeding, een baan. Die herstelfase duurde acht jaar. Toen het weer wat beter ging, ben ik als vrijwilliger in de zorg gaan werken. En besloot ik de opleiding tot GGZ-agoog met ervaringsdeskundigheid te gaan doen. Dit gaf me een enorme boost. Ik studeer deze zomer af!” Als ervaringsdeskundige komt ze bij de mensen thuis en biedt ze ondersteuning binnen het sociale systeem: “Als je zelf cliënt bent geweest, breekt het ijs veel sneller. Dat is het grote voordeel. Ik weet dat een uurtje aandacht wonderen doet!”

PROFESSIONELE NABIJHEID

“Bij de hulpverlener heb je een professionele afstand, bij de ervaringsdeskundige de professionele nabijheid”, zegt Arianne Verhoeven. Ramona Imming was vorig jaar de eerste afgestudeerde ervaringsdeskundige van GGZ Oost Brabant: “Wij zijn allemaal gelijkwaardig. Je moet mensen in hun waarde laten en aansluiten; niet vertellen wat die ander moet doen. Ik ergerde me enorm als in een instelling werd bevolen: ‘Jij eet eerst kaas en pas dan krijg je pindakaas!’”

AUTONOOM IN DE WIJK

Ramona was ooit opgenomen met depressies en posttraumatische stress. Uiteindelijk kwam ze als vrijwilliger bij een zorgboerderij voor mensen met psychiatrische problemen terecht en die ervaring opende haar de ogen: “Doe iets aan jezelf, Ramona, want anders zit je er over een paar jaar ook zo bij!” Tijdens mijn opleiding liep ik tegen bepaalde zaken aan”, zegt Ramona, “in een psychiatrische instelling wordt verwacht van mensen die 24 uur ongewild bij elkaar zitten, dat ze ‘normaal’ doen. Er worden buitenproportionele maatstaven gehanteerd.” In de kanteling ziet ze dit voordeel: “Mensen die nu alleen in de wijk wonen, zijn dan misschien wel eenzamer maar ook autonoom. Ze hoeven zich niet te houden aan de regeltjes van een afdeling.”

ZELF EEN FRIETJE BESTELLEN

Mathilde: “Mijn eerste vraag bij een huisbezoek is altijd: ‘Waar word jij nou gelukkig van?’ Pas nog kreeg ik als antwoord ‘Zelf naar de snackbar gaan voor een frietje’. Dit is nu nog een brug te ver en dan is het prettig om bij de hand genomen te worden. Vaak hoor ik: ‘Ik vind het zo fijn dat jij een heel uur aandacht voor mij hebt!’ Ramona: “Ik zeg

altijd dat verdriet hebben mag en angst voor het diepe ook. Mijn ervaringen bewijzen dat je er ook goed uit kunt komen. Dat je niet voor altijd hoeft te leven met dit stigma en dat naar buiten treden wonderen doet voor je zelfvertrouwen!”

Meer info? Zie www.msstilburg.nl of neem contact op met 0900-0331.

Maatje worden?

Heb je het hart op de juiste plek en ben je geduldig en betrouwbaar? Wordt dan Vrijwillig maatje van een psychisch kwetsbare Tilburger. Om samen met een wijkbewoner naar het wijkcentrum te gaan, koffie te drinken, een praatje te maken of te wandelen, fietsen, winkelen, sporten of andere ontspannen bezigheden. Thuis of buitenshuis. Ongeveer 1½ uur per twee weken, voor minimaal 1 jaar.

Kijk op www.dedraadmagazine.nl onder sociale initiatieven voor verdere uitleg.

Ervaringen van andere vrijwilligers lees je op: <http://vrijwilligers.ggzbreburg.nl/Ervaringen.aspx/>

Aanmelden via: <http://vrijwilligers.ggzbreburg.nl/Aanmelden/Aanmelden-vrijwilliger-Vriendendienst-Tilburg.aspx>

v.l.n.r.: Ramona & Mathilde



Sinds de kanteling in de zorg wonen steeds meer kwetsbare burgers gewoon in de wijk. Maar meedoen, gaat niet vanzelf. De inzet van een vrijwillig maatje kan dan veel betekenen. En dat is het doel van het Maatschappelijk Steunsysteem (MSS) in de wijk: ‘Weer meedoen in de maatschappij’.