

Welkom bij onze Webinar voor familie, naasten en geïnteresseerden



WEBINAR

FAMILIE EN NAASTEN VAN MENSEN MET EEN PSYCHISCHE KWETSBAARHEID

Als iemand mentale problemen heeft, nemen familie en naasten vaak een (groot) deel van de zorg en ondersteuning op zich. Om zo goed mogelijk te kunnen helpen met het herstelproces, is het belangrijk dat ook zij gehoord, gezien en ondersteund worden.

Wendy Hoffer en Marja Hasert vertellen over hun eigen ervaring met ondersteunen van familie tijdens periodes van psychische ontregeling. Ze vertellen waarom dat belangrijk is en ze geven tips. Familievertrouwenspersoon Myrna Seekles is ook aanwezig. Zij gaat in op wat ze eventueel voor jou kan betekenen.

DATUM	TIJD	AANMELDEN
dinsdag 11 april	19.30–20.45 uur	ggz-nhn.nl/webinar-familie



Je kunt het webinar volgen via een livestream op je desktop, tablet of smartphone. Tevens is er ruimte voor het stellen van vragen via de livechat.



- **Myrna Seekles**, Familie Vertrouwens Persoon (FVP), Stichting LSFVP
- **Wendy Hoffer**, Familie Ervarings Deskundige (FED), Jeugd en gezin in Hoorn
- **Marja Hasert**, Familie Ervarings Deskundige (FED), Kliniek Noord Kennemerland in Heiloo

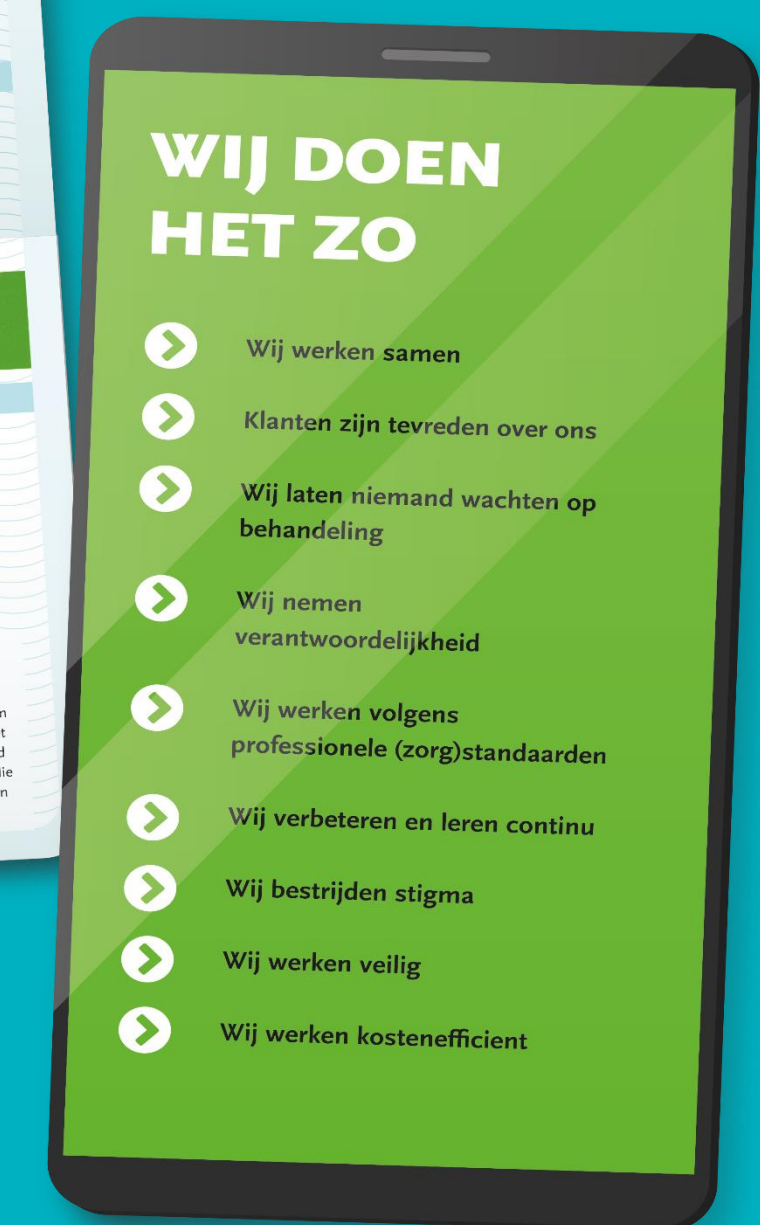
Wat kunt u van ons verwachten

1. Voorstellen
2. Waarom dit webinar
3. Hoe vaak komen psychische problemen voor?
4. Ervaringsverhaal Wendy
5. Vragen
6. Informatie en ondersteuningsaanbod voor familie en naasten bij GGZ NHN
7. Ondersteuning en informatie bij andere partijen
8. Familievertrouwenspersoon Myrna Seekles
9. Vragen

Afsluiting

Onze visie: Beter worden doe je thuis

- Met deze visie is meteen duidelijk waarom wij vanavond deze Webinar voor u organiseren.
- Immers: u, en wellicht andere naasten, zijn vaak de enige constante factor in het leven onze cliënten.



Hoe vaak komen psychische problemen voor?

43 % van de mensen van 18 t/m 64 jaar

eenmalig, tijdelijk of langdurig

Hoeveel familieleden en naasten zijn hier dan bij betrokken?

Welke psychische problemen komen het meeste voor?

Soort psychische aandoening	Mannen	Vrouwen	Totaal
Angst aandoeningen	7,7%	12,5%	10,1%
Depressie en andere stemmings-aandoeningen	4,8%	7,4%	6,1%
Aandoeningen gerelateerd aan middelengebruik	7,6%	3,6%	5,6%
Alle veelvoorkomende psychische aandoeningen	17,0%	18,4%	18,0%

Wendy vertelt haar persoonlijke verhaal

Vragen?





Wat vindt u, als naaste, op onze website:
www.GGZ-NHN.nl

www.ggz-nhn.nl/familie-en-betrokkenen

Informatie over het ondersteuningsaanbod, de familievertrouwenspersoon, cliënten- en familieraad, filmpjes en podcasts

www.ggz-nhn.nl/familieorganisaties

Informatie over verschillende familieorganisaties en informatie voor familie

Volg ons ook op Social Media



Ondersteuningsaanbod voor iedereen

- Webinars en informatiebijeenkomsten
- Online zelfhulpmodules verschillende doelgroepen
Betrokken omgeving (speciaal voor familie & betrokkenen)
Beter slapen • Minder piekeren • Mindfulness, etc.
- Online cursus voor naasten van mensen met suïcidale gedachtes



Ondersteuningsaanbod voor naasten van mensen die bij GGZ NHN in zorg zijn.

Cursussen 'omgaan met...'

U leert hierin omgaan met een familielid of naaste met psychische klachten.
U vindt herkenning, erkenning en praktische handvatten.

Bijeenkomsten voor kinderen van ouders met psychische klachten in verschillende leeftijdsgroepen (KOPP)
o.a. Piep de muis (4-7 jaar) en een Doe en praat groep (8-12 jaar)

FMI training (Familie Motiverende Interventie)

Weerstand ontstaat vaak door onze manier van communiceren. Daar kan deze training u handvatten voor bieden.

Nieuw ondersteuningsaanbod

Bijeenkomst voor naasten in Hoorn, dinsdag 16

mei.19.30 tot 21.00 uur

Iedere 3^e dinsdag van de maand op de Wilhelminalaan in Hoorn. Samenwerking GGZ NHN, De Hoofdzaak, Leviaan, Dalisay Recovery en Ypsilon

Naastenbijeenkomst in wijkcentrum Overdie in Alkmaar

Zaterdag 10 juni a.s. 11.00 - 14.00 uur.

Aanmelden kan binnenkort

Naasten Verwenfestival in Hoorn

Zondag 17 september 13.00 – 17.00 uur.



HERSTELACADEMIE GGZ NHN

Mensen kunnen hier aan de slag om hun leven weer zelf op te pakken en meer vorm te geven. Ze worden hierbij ondersteund door ervaringsdeskundigen. Zowel op locatie als online wordt een plek geboden voor cursussen, zelfhulpgroepen of training.

Er wordt gewerkt aan een structureel aanbod voor naasten!

Alkmaar
Den Helder, De Kop
Schagen, De Kop
Hoorn, West Friesland



Wat is HERSTEL

Binnen de GGZ zorg:

Het is een individueel proces waarin mensen veerkracht ontwikkelen, leren omgaan met hun kwetsbaarheid en het leven weer oppakken na ontwrichtende ervaringen.

Dat geldt ook voor naasten.

Herstel van de client **en herstel** van de naaste
gaan vaak **hand in hand**

Naasten die zelf herstellen kunnen de basis zijn van het herstel van hun kwetsbare naaste. Maar ook omgekeerd kan het elkaar versterken.

TIPS VOOR DE SAMENWERKING MET DE ZORG TRIADE:

- Maak duidelijk dat je samenwerking belangrijk vindt
 - Zorg dat er ook geluisterd wordt naar jouw ervaringen
 - Vraag naar de naam en contactgegevens van jouw contactpersoon
 - Maak gebruik van training om vaardigheden in het “omgaan met” te leren
-
- Geef aan wat je nodig hebt voor de ondersteuning van je naaste
 - Zoek oplossingen bij tegengestelde meningen met de hulpverlening
 - Schrijf belangrijke punten op ter bespreking
 - Gebruik je boosheid en frustratie op een constructieve manier

TIPS voor omgang met uw naaste

- Luister naar het verhaal zonder oordelen
- Kom niet te snel met oplossingen
- Bedenk goed wat je zelf wel en wat je niet kunt betekenen
- Blijf in gesprek over wat jouw naaste van je nodig heft
- Blijf met elkaar in gesprek over welke rol je kunt en wilt vervullen

Myrna Seekles

Myrna Seekles beantwoordt onze vragen over haar werkzaamheden als Familie Vertrouwens Persoon (FVP) voor GGZ NHN

Vragen?



WEBSITES SPECIAAL VOOR NAASTEN

www.mantelzorg.nl

www.naastencentraal.nl

www.naasteninkracht.nl

voorggznaasten.amsterdam

www.ypsilon.org

Onze e-mail adressen:

Myrna Seekles m.seekles@ggz-nhn.nl

Wendy Hoffer w.hoffer@ggz-nhn.nl

Marja Hasert m.hasert@ggz-nhn.nl

BEDANKT VOOR HET KIJKEN

Meer weten?

Kijk op www.ggz-nhn.nl

