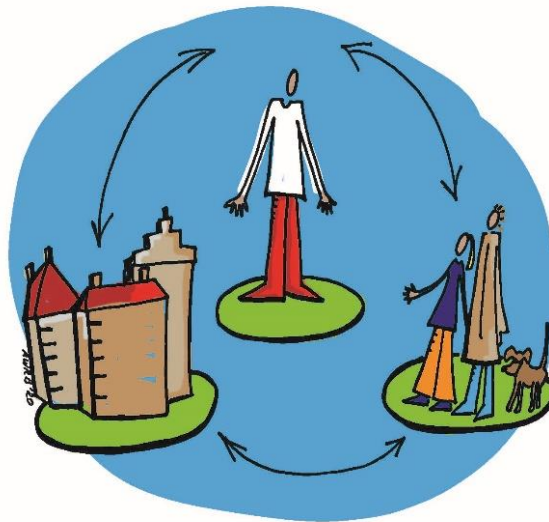


Handreiking 'belangenbehartiging in de regio' | december 2021

Wat hebben naasten nodig?

Naasten van iemand met een psychische kwetsbaarheid hebben behoeften die niet vanzelfsprekend gezien en begrepen, laat staan vervuld worden. Naasten stellen hun eigen behoeften niet zo gemakkelijk centraal. Deze handreiking helpt regionale belangenbehartigers om aandacht te vragen voor behoeften van naasten.



Deze handreiking ondersteunt regionale belangenbehartigers bij het opkomen voor de collectieve belangen van naasten van mensen met psychische problemen in hun regio. Dit kunnen Ypsilonvrijwilligers zijn of anderen die zich inzetten in adviesraden sociaal domein, familie- en naastenraden, regionale cliënten- en naastenorganisaties (RCO's) en andere familie- en naastenorganisaties.

Ypsilon maakte een serie handreikingen voor de regionale belangenbehartiging. Kijk op de [website van Ypsilon](#) voor de handreikingen over 'crisis', 'wonen en dagbesteding' en 'samenwerken in de regio'.

1. Educatie, voorlichting en informatie:

Doelen 1:

- Naasten weten waar zij in hun regio informatie kunnen vinden.
- Naasten worden structureel en goed voorgelicht over zaken die voor hen van belang zijn.
- Sociale opleidingen hebben in hun curriculum standaard aandacht voor naasten.
- Naasten kunnen gebruikmaken van een passend en betaalbaar scholingsaanbod in de regio.

Op verschillende momenten en in verschillende (levens-)fasen hebben familie en naasten van ggz-mantelzorgers behoefte aan verschillende soorten educatie en informatie.

Suggesties en aandachtspunten:

- Familie-ervaringsdeskundigen ondersteunen mantelzorgers/naasten in de ggz.
- Is het Mantelzorgsteunpunt in jouw regio ingesteld op mantelzorgers van mensen met psychische klachten?
- Organiseer een Psysalon, een vorm van voorlichting en ontmoeting voor naasten, cliënten, professionals en belangstellenden over een thema. Psysalon is ontwikkeld door Ypsilon. Vergelijkbare werkvormen zijn Let it be-bijeenkomst, MIND-café, Psychiatrie-café of de Psychose-café.
- [Steunpunt Stemmenhoren](#) biedt cursussen en voorlichting voor naasten van mensen die stemmen horen.
- Heb aandacht voor de locatie van de voorlichting. Een ggz-locatie is soms drempelverhogend.
- Kunnen naasten bij de regionale cliënten- en naastenorganisatie (RCO) terecht voor informatie (en ondersteuning).

Voorbeelden:

- In een regio verzorgen ggz-instelling en cliënten- en naastenorganisatie (RCO) samen jaarlijks voorlichting voor naasten. Dit wordt publiekelijk aangekondigd en is voor iedereen gratis toegankelijk.
- In een regio biedt de ggz-instelling scholing voor naasten van mensen. Soms deels gefinancierd door de gemeente. Zoals 'Hoe gaat het met u?', 'Als de zorg te zwaar is' en training [De Mat](#).
- Een gemeente heeft een medewerker aangesteld die informatie over informele organisaties verzamelt. Die organiseert bijeenkomsten waar deze organisaties zich presenteren.
- In een multidisciplinair overleg voor informele organisaties brengt een huisarts casuïstiek in waar formele overleggen zich geen raad mee weten. Informele organisaties geven inzicht en oplossingen.

2. Steun:

Doel 2: Naasten vinden steun in hun regio, zowel individueel als in een groep. Deze steun is goed vindbaar, laagdrempelig en goed.

Naasten die hetzelfde hebben meegemaakt zijn een belangrijke bron van informatie, inspiratie, steun en troost voor elkaar. Benut deze ervaringskennis en -deskundigheid. Schaamte en (zelf)stigma kunnen het lastig maken om als naaste goed voor jezelf te zorgen.

Suggesties en aandachtspunten:

- Diverse Ypsilonregio's hebben een spreekuur. Fysiek, telefonisch en/of digitaal. Een Ypsilonregio houdt maandelijks een inloop waar mensen op afkomen die voor het eerst naar Ypsilon komen.
- Informeer of regionale cliënten- en naastenorganisatie (RCO) of mantelzorgsteunpunt ook steun aan naasten ggz biedt
- Ypsilonafdelingen organiseren lotgenotencontact. Naasten delen hun ervaringen en zijn elkaar tot steun.
- Ook andere organisaties organiseren lotgenotencontact voor naasten. Zoals voor naasten van mensen met een alcohol- of drugsverslaving of een bipolaire stoornis, nabestaanden van suïcide of grootouders die hun kleinkinderen niet zien. Kijk voor lotgenotencontact op de [website](#) van Ypsilon en de [MIND-Atlas](#).
- Er bestaat individuele coaching door familie-ervaringsdeskundigen.
- Mensen maken gemakkelijk contact tijdens een maaltijd. Ypsilonafdelingen organiseren daarom een 'aanschuiftafel' of 'een broodje-vooraf'.
- Een Ypsilonafdeling organiseert uitstapjes. Om leuke dingen te blijven doen én voor een gezond netwerk.
- Op diverse plekken worden naasten ondersteund in het opschrijven/vertellen van hun ervaringen.

3. Aandacht voor specifieke groepen naasten:

Doel 3a: Er is in de regio aanbod voor naasten van een andere culturele achtergrond.

Doel 3b: Er is in de regio aanbod voor kinderen van ouders met psychische en/of verslavingsproblematiek.(KOPP/KOV).

In elke cultuur gaan mensen anders om met psychische problematiek. Vaak heerst er schaamte. Men praat er niet over. Of mensen zijn gewend problemen in de familie op te lossen en niet met instanties te praten. Ook een taalbarrière maakt het lastig mensen uit andere culturen te bereiken.

Suggesties en aandachtspunten 3a:

- In diverse regio's is laagdrempelige ontmoeting mogelijk voor naasten met een andere culturele achtergrond.
- In een aantal regio's organiseren regionale cliënten- en naastenorganisaties (RCO) spreekuren voor cliënten en naasten met een andere taal en culturele achtergrond.
- Vrijwilligers met een andere culturele achtergrond kunnen helpen meer mensen te bereiken.
- Bij Ypsilon zijn documenten in andere talen beschikbaar.

Suggesties en aandachtspunten 3b:

- Welk aanbod is er in onze regio voor kinderen van ouders van psychische problemen en/of een verslaving?
- Kinderen hebben extra zorg en steun nodig als een van de ouders ernstige problemen heeft. Zie [kennisdossier](#) KOPP/KOV van het Trimbos instituut en in de [generieke module KOPP/KOV](#).

4. Naasten en de wijk:

Doel 4: Wijkteams hebben kennis over en aandacht voor de behoeften en positie van naasten.

Steeds meer mensen met psychische problemen wonen zelfstandig in de wijk, soms met ondersteuning van ambulante hulp en/of mantelzorg. Hulpverleners in wijkteams zijn nog niet overal ingesteld op het samenwerken met naasten en mantelzorgers.

Suggesties en aandachtspunten:

- De [generieke module Naasten](#) leert hulpverleners om in de zorg aandacht te hebben voor naasten, met hen samen te werken en hen waar nodig te ondersteunen.
- Kent het wijkteam Ypsilon al? Wat weet het wijkteam over de positie van naasten? Houd als Ypsilonafdeling eens een informerende presentatie voor het wijkteam.

5. Informatie over rechten en regelingen:

Doel 5: Naasten weten wat hun rechten zijn. Zij hebben in onze regio toegang tot advies en ondersteuning.

Naasten hebben in de zorg om hun naaste complexe vragen: *'Kan ik mijn volwassen kind in huis nemen als hij geen huis heeft? Behoudt hij zijn uitkering en opgebouwde woonrechten?'* *'Wie zorgt er voor mijn kind met een psychische kwetsbaarheid als ik er niet meer ben?'* *'Hoe zit het met privacy, wat mag ik wel en niet weten?'*

Sommige zaken zijn landelijk geregeld. Andere kunnen per gemeente verschillen. Het is belangrijk dat naasten gemakkelijk de juiste informatie kunnen vinden.

Suggesties en aandachtspunten:

- Is er in de regio een Informatiepunt bij een regionale cliënten- en naastenorganisatie (RCO) of steunpunt Mantelzorg? Kijk eens wat daar allemaal te vinden is. Mis je dingen? Ga erover in gesprek.
- [Onafhankelijke Cliëntondersteuners](#) (OCO) zijn er ook voor naasten. Zij zijn gratis, onafhankelijk en helpen je de weg te vinden in de wet- en regelgeving. Onderzoek hoe de OCO in jouw regio functioneert. Maak kennis.
- In de [webwinkel](#) van Ypsilon zijn informatieve brochures te bestellen, toegespitst op naasten. Leg ze neer op een Informatiepunt. Mensen kunnen contact opnemen met Ypsilon.

Meer lezen:

Mantelzorg NL maakte een factsheet voor [Mantelzorgers GGZ](#).