

BELANGRIJKE LINKS



- **Rijksoverheid**

Op www.rijksoverheid.nl staat informatie over wat te doen bij problemen in het buitenland: Bijvoorbeeld: Slim op reis. Of download het informatieblad '[Wat te doen als iemand vermist wordt](#)'.

- **Rode Kruis**

Zoek op www.rodekruis.nl op 'vermiste personen'. De hulplijn 'Vermiste Personen' is 7 dagen per week, 24 uur per dag, bereikbaar op (0800) 83 76 478.

- **Leger des Heils**

Heeft een netwerk van contacten in het buitenland. Kijk op: www.legerdesheils.nl/family-tracing-services.



Cliëntenbelang Amsterdam
Jacob Bontiusplaats 9 (INIT-gebouw) 1018 LL Amsterdam



info@clientenbelangamsterdam.nl



www.clientenbelangamsterdam.nl

Cliënten
belang
AMSTERDAM...



Wijs op reis ...
Goed voorbereid, vakantie geslaagd!

Op reis gaan is voor veel mensen een prettige manier om even afstand te nemen van alle dagelijkse beslomeringen. Tijd voor ontspanning, nieuwe indrukken en de problemen van thuis achter je laten.

Reizen kan echter ook een bron van stress zijn. Niet alleen door de voorbereiding van je reis, maar ook omdat een reis anders kan lopen dan gepland. Misschien heb je je moeten haasten, valt je verblijf tegen, word je ziek, of krijg je te maken krijgen met diefstal of ruzie. Mogelijk zijn de problemen van thuis met je mee op reis gegaan en zijn ze verergerd.

Het wordt ernstig als deze omstandigheden leiden tot een verstoring van je psychisch evenwicht. Je krijgt bijvoorbeeld last van paniekaanvallen, waanbeelden of hallucinaties. Daar zit je dan in het buitenland, je weet niet waar je hulp kunt vinden én hoe je deze moet betalen.

“

Jan en Ria zijn gepensioneerd en besluiten samen op autovakantie te gaan in Slowakije. In Bratislava veroorzaakt Jan een ernstig auto-ongeluk. Wanneer de politie ter plaatse komt, is Jan niet goed aanspreekbaar. Hij lijkt in de war, en de politie besluit hem naar een psychiatrische kliniek te brengen. Eenmaal daar concluderen de behandelaren dat Jan een vergevorderde vorm van dementie heeft. Ze besluiten dat Jan alleen onder begeleiding terug naar Nederland mag reizen. Helaas heeft Ria geen rijbewijs, en hebben Jan en Ria geen reisverzekering afgesloten.”



DE ADVIEZEN

Vorbereiding

- 1 Overleg je reisplannen met je huisarts, eventuele andere behandelaar en je naasten. Inventariseer samen eventuele risico's en hoe je deze kunt verkleinen. Bespreek ook hoe jullie contact onderhouden tijdens de reis.
- 2 Vraag waar nodig advies van een reizigersgeneeskundige over wenselijke of verplichte vaccinaties of (malaria)medicatie. Vermeld daarbij ook of je medicatie gebruikt. Meer informatie vind je op www.lcr.nl.
- 3 Zorg voor een uitgebreide (bij voorkeur doorlopende) reisverzekering. Vraag advies bij de Alarm Centrale van je verzekeraar over het niveau van de gezondheidszorg en eventuele beperkte behandelmogelijkheden op de gekozen bestemming, bijvoorbeeld op een eiland.
- 4 Bereid de reis goed voor. Let op de zwaarte en lengte van de reis, het comfort, het overstappen en het niveau

van de accommodatie. Ga als je angstig of achterdochtig bent, niet alleen op reis. Eventueel kun je kiezen voor een reisorganisatie gespecialiseerd in het organiseren van reizen voor mensen die bekend zijn met onbegrepen gedrag.

- 5 Mocht je op vakantie gaan in Europa, Zwitserland of Australië: neem dan een Europese zorgverzekeringpas (EHIC) mee. Kijk voor meer informatie op Nederlandwereldwijd.nl.
- 6 Zorg voor een medicatiepaspoort. Neem ook voldoende medicatie mee (ongeveer 1,5x zoveel) en wijzig geen medicatie vlak voor de reis.
- 7 Noteer namen en telefoonnummers van je huisarts, eventuele andere behandelaars en naasten. Ook een in het Engels opgestelde brief met belangrijke achtergrondinformatie kan helpen. Neem daarnaast een telefoon, laptop of tablet mee, waarmee je met het thuisfront kunt communiceren.

“

Jos heeft een heftig jaar achter de rug. Hij is gestopt met werken vanwege oplopende spanningen, en zijn behandelaar heeft hem gediagnosticeerd met borderline persoonlijkheidsstoornis. Jos is toe aan een positieve ervaring, en besluit om op groepsreis te gaan naar India. Hij heeft altijd al een keer de Taj Mahal willen zien, en hoopt nieuwe mensen te leren kennen. De verandering van omgeving, de cultuurshock en het hoge tempo van de reis spelen Jos parten. Hij begint onbegrepen gedrag te vertonen en vindt daardoor geen aansluiting bij zijn reisgenoten. De situatie escaleert als de groep aangeeft de reis zonder Jos te willen voortzetten.”

ONGELUKKEN EN PROBLEMEN OP REIS



- Neem bij een ongeluk of andere problemen op reis contact op met de alarmcentrale (het telefoonnummer staat op je verzekeringspas). Daarnaast kun je contact opnemen met naasten, je huisarts of andere behandelaren.
- Mocht je als naaste te maken krijgen met een vermissing, meld de vermissing dan bij de politie van de woonplaats van de vermiste. De politie kan besluiten om hulp in te roepen van internationale politiediensten. Vraag altijd om een kopie van de melding, en noteer de naam van de contactpersoon bij de politie¹.

¹ Bron: Psychotisch in het buitenland - MIND Ypsilon