

november 2025



Voorwoord

Het beste medicijn tegen eenzaamheid is vriendschap. Veel mensen met een naaste in de ggz ervaren eenzaamheid. Je verhaal kwijt kunnen lijkt vaak moeilijk. Omdat de situatie ingewikkeld is en lastig uit te leggen. Ook is er eenzaamheid als de zorg en de behandeling minder zijn dan verwacht, terwijl het leven van degene waar je zoveel om geeft stil blijft staan.

Naast eenzaamheid is er soms ook wanhoop. Het gevoel hebben dat een oplossing voor de zorgen er niet meer komt, terwijl iedereen om je heen vrolijk verder leeft. Het ervaren van eenzaamheid en wanhoop is iets dat je niemand gunt. Daarom is Ypsilon 41 jaar geleden opgericht en is de vereniging ook nu, op een mooie manier actief.

Het mooiste vind ik dat Ypsilon er gewoon is. Een goede vriend is een vriend waarvan je weet dat die er voor jou is als het moeilijk gaat. Iedereen die betrokken is bij Ypsilon heeft als doel dat het beter gaat met naasten. Een prachtig doel. Als Vrienden van Ypsilon zijn we trots dat we daaraan mogen bijdragen.

Als bestuurslid en voorzitter van de Vrienden heeft Bert Jan Souman dat met veel betrokkenheid, nuance, en vooral oprechtheid gedaan. Per 1 juli 2025 is hij afgetreden. Bert Jan, veel dank voor je positieve en constructieve inzet de afgelopen zes jaar.

Graag wil ik me voorstellen als nieuwe voorzitter. Mijn naam is Paul Huisman en ik woon in Beilen. Ik speel handbal en werk als verpleegkundige i.o. in de ggz. Ik ben naaste van een jongere broer en een zus. Ik vind het daarom persoonlijk ook heel fijn dat Ypsilon er is. Ik heb er veel aan.

Als Vrienden zijn we vooral trots op alle activiteiten en projecten van Ypsilon. We zien veel energie, waardevolle acties en activiteiten die zorgen voor verbinding. Bij dit soort mooie lichtpuntjes staan we stil in deze nieuwsbrief.

Paul Huisman

Voorzitter Vrienden van Ypsilon

Vriendennieuws

Jouw bijdrage hielp

In de afgelopen periode hebben de Vrienden bijgedragen aan de ontwikkeling van allerlei projecten. Met dank aan de Vrienden werkte Ypsilon aan:

Onzichtbaar, maar niet ongezien

Jonge broers en zussen vormen een vergeten groep als het gaat om aandacht en ondersteuning. Zelfs familie-organisaties hebben ze nauwelijks in het vizier. Ypsilon wil stevig aan de bak om het geluid van deze jonge groep op te vangen en om te zetten in actie.

Psychische aandoeningen komen vaak naar voren tussen de 15 en 25 jaar. Dan verandert er niet alleen veel voor degene met de diagnose, maar ook in het gezin, zoals voor de broer of zus. Als 'brus' kun je ineens te maken krijgen met heftige emoties en stress, minder aandacht van ouders, het gevoel dat je er met niemand over kunt praten, moeite om voor jezelf te zorgen of het verdriet om hoe de band met je broer of zus is veranderd.

Dat soort geluiden zijn er ook binnen Ypsilon, maar hoor je relatief weinig. Dat is logisch als je bedenkt dat Ypsilon in grote meerderheid bestaat uit ouders. Daardoor kunnen 'brussen' al op jonge leeftijd vastlopen zonder dat iemand het merkt. Tijd voor Ypsilon om ook door hun jonge ogen te gaan kijken.



We gaan op zoek naar deze jongeren om met ze in gesprek te gaan. Daarbij komen vragen naar voren als: Hoe is het om een broer of zus te zijn van iemand met een psychische aandoening? Waar heb je zelf het meest last van of wat mis je? Van wie heb je dat nodig en op welke manier wil je het ontvangen? In welke vorm wil je met elkaar en Ypsilon contact hebben?

Daarna willen we samen met hen aan de slag om de producten of diensten ook daadwerkelijk te ontwikkelen. Dat kan van alles zijn: speciale pagina's op de website, eModules, vlogs, kinderboeken, maatjesprojecten, peer-to-peer groups, meer aandacht en erkenning voor hun positie vanuit de hulpverlening. Want ze mogen onzichtbaar zijn, ze zijn niet ongezien.

Ben jij broer of zus en wil je meedoen? Mail naar mhoekstra@ypsilon.org.

Expertisecentrum Wonen



In de jaren '90 startte een aantal Ypsilon-ouders uit onvrede over de toen bestaande ggz-voorzieningen een

woon-zorgcomplex voor mensen met psychosegevoeligheid. Sindsdien zijn in vrijwel alle delen van het land vergelijkbare initiatieven van de grond gekomen. Samen met het UMCU heeft Ypsilon wetenschappelijk onderzoek gedaan naar het effect van zulke wooninitiatieven.

De definitieve resultaten van dit *Wonen, gewoner, gewoonst* (WGG) onderzoek verspreiden we eind dit jaar.

Ook komende tijd zet Ypsilon vol in op wonen. We bundelen alle actuele kennis in een nieuw online Expertisecentrum Wonen, ontwikkelen een handreiking voor het opzetten van een nieuw woonproject, onderzoeken hoe we kunnen bijdragen aan de bestuurscontinuïteit in bestaande woonvormen én richten ons op de lobby richting gemeenten en woningcorporaties.



kennissessies

Kennissessies en themapublicaties

Met een paar honderd geïnteresseerden per keer zijn de kennissessies nog steeds een vaste waarde in het Ypsilonaanbod. Daarom vonden er ook dit jaar weer diverse online kennissessies plaats, met thema's en sprekers die ertoe doen. Zo vertelde niemand minder dan Iris Sommer over de behandeling van psychose bij vrouwen. Bob Pieters deelde zijn kennis over mentorschap en Lisette van Doorne ging in op beschermingsbewind. De sessies werden gemiddeld gewaardeerd met een 8,5. Later dit jaar volgt nog een vierde kennissessie, over wooninitiatieven die zijn opgezet door naasten. Van iedere kennissessie is een themapublicatie gemaakt, die je gratis kunt downloaden via ypsilon.org/webshop.



Privacy

Het lijkt geen twijfel dat de zorg beter wordt als er wordt samengewerkt met naasten. Maar ja, die privacy hè! Veel behandelteams twijfelen over wat wel en niet mag en houden naasten daarom op afstand. Samen met Akwa GGZ hebben we onderzoek gedaan onder professionals: hoe comfortabel voelen ze zich bij het delen van informatie met naasten?

Hebben ze behoefte aan extra kennis en vaardigheden? En welke vorm vinden ze daar het prettigst voor?

Dit onderzoek heeft bevestigd wat we al dachten: ja, er is behoefte aan en ja, een e-learning is daar geschikt voor, net als een snelle beslistool. Met deze uitgangspunten zetten we in op een toolkit met verschillende instrumenten, zodat ieder kan kiezen wat op dat moment passend is. Hierbij kijken we hoe we samen kunnen optrekken met verschillende ggz-instellingen.

Jouw bijdrage telt

We zijn naast alle bijdragen van de Vrienden ook erg dankbaar voor de nalatenschappen en giften die we in 2024 hebben mogen ontvangen. Elke gift of nalatenschap, groot of klein, is welkom en wordt goed gebruikt. Schenken kan op verschillende manieren. Omdat zowel de vereniging Ypsilon als de stichting Vrienden van Ypsilon de ANBI-status hebben, kan een gift voor jou belastingvoordeel opleveren. Jouw nalatenschap kan een wereld van verschil maken. Wil je eens nadenken over het geven van een gift of het opnemen van Ypsilon in je testament? Kijk voor meer informatie op ypsilon.org/steun-ypsilon

Uit de jaarrekening

Afgelopen jaar zijn de ontvangen giften van onze donateurs vrijwel gelijk gebleven ten opzichte van 2023. In 2024 hebben de Vrienden van Ypsilon nalatenschappen ontvangen, waardoor er een mooi beschikbaar bedrag is ontstaan. De rentebaten zijn in het jaar 2024 gelukkig weer verder opgelopen. In het Fonds Edda Oswald is de nalatenschap van mevrouw Oswald aan Ypsilon ondergebracht. Afgesproken is dat jaarlijks € 100.000 aan Ypsilon wordt uitgekeerd voor ondersteuning van naasten. In 2024 is wederom besloten tot een extra toekenning van € 100.000. De volledige jaarrekening en het jaarverslag kunt u vinden op www.vriendenvanypsilon.org

Staat van baten en lasten over 2024

Giften en nalatenschappen	€ 259.511
Rentebaten	€ 17.113
Subsidie projecten	€ 250.302
Bestuurskosten	€ 100
Algemene kosten	€ 5.894
Totale kosten	€ 256.559
Saldo	€ 20.065

Stand van de Fondsen per 31-12-'24

Ypsilon Patiëntenfonds	€ 0
Jan van der Meulen fonds	€ 311.780
Fonds Edda Oswald	€ 33.323

Kennisagenda



Lange tijd was onderzoek naar behandeling of de kwaliteit van leven iets dat we overlieten aan gerenommeerde wetenschappers. Daar is de laatste 10 à 15 jaar verandering in gekomen. Steeds vaker worden cliënten en naasten gevraagd om mee te denken bij wetenschappelijk onderzoek. Ook Ypsilon wordt regelmatig benaderd om vanuit het naastenperspectief mee te werken aan onderzoeken rondom psychische kwetsbaarheden. Deze voorstellen worden opgepakt door een aantal vrijwilligers, die samen de wetenschapscommissie (WeCo) vormen. De afgelopen jaren is de WeCo betrokken geweest bij diverse onderzoeken en projecten.

In 2017 hebben we besloten dat we niet alleen wilden aansluiten op onderzoekers die naar ons toe kwamen. We wilden ook zelf gericht sturen op onderwerpen en de thema's aandragen die Ypsilon belangrijk vindt. Daarom maakten we onze eigen kennisagenda met onderwerpen waar Ypsilon breed behoefte aan is. Deze lijst was aan vernieuwing toe en daarom is er dit jaar gewerkt aan een nieuwe kennisagenda. Een kennisagenda die onderzoekers kunnen gebruiken voor hun onderzoeksvoorstellen, die subsidiegevers helpt om middelen voor onderzoek te prioriteren en die Ypsilon intern kan gebruiken om richting te geven aan haar eigen kennisactiviteiten. Deze kennisagenda zal naar verwachting voor het einde van dit jaar klaar zijn.

Stichting Vrienden van Ypsilon

Regulusweg 5
2516 AC Den Haag
T (088) 000 21 20
(10-16 uur op ma/di/do/vr)
E vriendenvan@ypsilon.org
W www.vriendenvanypsilon.org

IBAN NL73 INGB 0009 6367 23
RSIN fiscaal nummer: 816049312



STICHTING

vrienden VAN YPSILON