

Jaarverslag

Zigzag

Huis voor Ontmoeting in de GGz

Hazewindstraat 7

Sint-Niklaas

2013



Huis voor Ontmoeting in de Geestelijke Gezondheidszorg

Wat is Zigzag?

Zigzag is een huis waar volwassenen met psychosociale problemen elkaar kunnen ontmoeten in een gezellige en alcoholvrije omgeving (praatcafé).

We organiseren ook samen met onze klanten vrijetijds- en vormingsactiviteiten en bieden mogelijkheden om op vrijwillige basis een handje toe te steken binnen het ontmoetingshuis.

Zigzag wil op deze wijze 'een veilige thuishaven' zijn voor jou en een 'uitvalsbasis' bieden naar de samenleving toe.

Hoe kan je ons leren kennen?

Je kan eens langskomen tijdens de openingsuren van onze ontmoetingsruimte. Je kan ook samen met een vertrouwenspersoon zoals een familielid, vriend(in) of begeleid(st)er langskomen. Of je kan een afspraak maken met ons en eerst eens op kennismakingsgesprek komen.

Je kan ons ook schrijven of emailen, je vindt ook heel wat info in deze krant en op onze website.

Onze aandachtspunten:

Een lage drempel: geen wachttijden, geen intakes, je kan vrijblijvend komen kennismaken....

Inspraak: je kan als klant je stem laten horen binnen Zigzag en dit initiatief mee helpen uitbouwen.

Maatwerk: geen vast programma, we proberen tegemoet te komen aan ieders wensen..

Samenlevingsgericht: naast jou zijn ook jouw familie, vrienden, begeleiders welkom..

"Zigzag "

**geeft de weg weer die vele mensen moeten afleggen
in het kader van hun herstel en het zoeken
naar een nieuwe plaats binnen onze samenleving.**

Ons ontmoetingshuis is een initiatief van Pro Mente, Beschut Wonen in de GGZ en PC St. Hiëronymus; en wordt mede ondersteund door APZ Sint-Lucia, Beschut Wonen Waasland en de stad Sint-Niklaas.

Geachte lezer,

Voor u ligt het jaarverslag **2013** van Zigzag, Huis voor Ontmoeting in de GGz te Sint-Niklaas.

Dat er opnieuw heel wat te doen was en te beleven viel in het afgelopen jaar moge blijken uit het hiernavolgende overzicht.

Toch enkele bijzonderheden even naar voor brengen.

2013 was, letterlijk en figuurlijk, een ‘bewogen’ jaar. Er heeft letterlijk heel wat bewogen in functie van de verhuis naar onze nieuwe locatie in de **Hazewindstraat**, een mooi gerenoveerd en ruim pand waar we in de toekomst onze activiteiten verder kunnen uitbouwen. Dat ook onze cliënten en hun naastbetrokkenen deze nieuwe locatie erg waarderen mag blijken uit de toename van de bezoekersaantallen wat tevens een toename aan erg verscheiden activiteiten, allen georganiseerd op initiatief van en/of in overleg met de gebruikers, met zich meebrengt. Een grootse opening van dit nieuwe pand in oktober, gepaard gaande met een Opendeur voor het bredere publiek, was de kroon op het vele werk.

Tenslotte nog even stilstaan bij wat cijfergegevens. Het afgelopen jaar konden we weer rekenen op de inzet en medewerking van heel wat **vrijwilligers-cliënten, 43** in totaal!

We telden ook **117 betalende leden** (105 in 2012), iets meer mannen als vrouwen, bijna 3/4 uit de stad Sint-Niklaas (fusiegemeenten inbegrepen) en overwegend in de leeftijd van 30 tot 60 jaar (met de grootste groep in de leeftijdscategorie 51-60 jaar).

Het gemiddeld aantal klantenbezoeken/week bedroeg in 2013: **170** (116 in 2012), een duidelijke toename die, volgens ons, zeker te maken heeft met onze nieuwe locatie (ligging én aantrekkelijkheid). Deze toename in belangstelling weerspiegelt zich ook heel duidelijk in het gebruik van onze infrastructuur door allerlei groepen (zowel professionelen als niet-professionelen, zowel internen als externen).

Ronny Soontjens,
Verantwoordelijke Zigzag
maart 2014

Voeten

Voeten, tja voeten.

Vastgeroest, verkleumd van de kou.

Waar blijft de warmte die ik mijn

Voeten toevertrouw.

Warmte die mijn voeten soepel maakt.

Warmte die mijn voeten hun weg laat gaan,

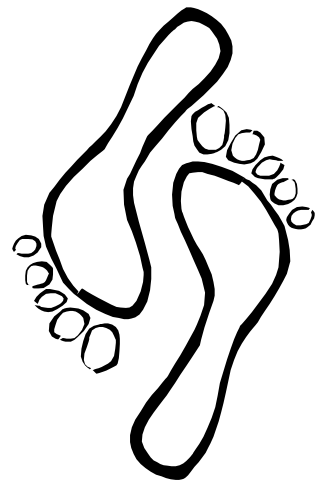
Vrij en voldaan.

Een wereld tegemoet die me leven doet.

Mijn toekomst tegemoet.

Wie weet waar gaan mijn voeten heen.

Carine



Jaarverslag Zigzag 2013

1 Voorstelling medewerkers

1.1 Dagelijkse leiding

- Ronald Soontjens (coördinator, voltijds, klinisch psycholoog)
- Davy De Rore (medewerker, voltijds, ergotherapeut)
- Hedwige Zenner (medewerkster, halftijds, technisch geschoold)
- Jessica Van Genechten (medewerkster, halftijds, opvoedster),
Vanaf oktober vervangen door Margie De Breuck (halftijds, opvoedster en zorgkundige)

Het personeel wordt gedetacheerd vanuit het P.C. Sint-Hiëronymus (1,5 FTE), IBW Pro Mente (1FTE) en IBW Waasland (0,5 FTE).

In de loop van 2013 hebben de medewerkers de volgende opleidingen/bijscholingen bijgewoond:

- **Valpreventie:** vorming door Logo Waasland te Sint-Niklaas
- **Motivationale technieken en motiveren tot bewegen:** vorming door Psylos (ism. KUL, faculteit bewegingswetenschappen) te Leuven
- **Vlaamse Hersteldag: “Spoedig herstel? Over hoop, eigen kracht, regie”** door VVGG te Gent

1.2 Vrijwillige medewerkers

Hebben dit jaar hun steentje bijgedragen als vrijwillige medewerker: (allen ook cliënt van

Patrick VB	Bea	Marleen	Zigzag)
Suzy	Christel	Johan A.	
Patrick DN	Michel	Marc	
Suzanne	Hilde C.	Koen DJ.	
Fons	Nele	Hugo	
Hilde L.	Patrick VD.	Kim	
Lode	Lien	Jean-Marie	
Luc V.	Luc C.	Anja	
Stef	Kurt	Peter M.	
Francis	Dirk	Annelies	
Sabien S.	Carine	Stefan	
Tom	Johan V.	Ann	
Donny	Peter H.	Ramona	
Lutje	Rudi	Sabine T.	
Lea			

vzw Present staat in voor de schriftelijke overeenkomsten, verzekering, vorming (oa. “Hoe versterk ik mijn motivatie als vrijwilliger?” te Gent op 18/03) en ontmoetingsmomenten (Feest ’50 jaar Present’ op 27/04 te Affligem) voor een deel van onze vrijwilligers. Enkele keren per jaar komen we met alle vrijwilligers samen voor overleg omtrent het vrijwilligerswerk in Zigzag (28/02, 10/06 en 05/11).

1.3 Stage

Peggy De Middelaer loopt sinds september stage bij Zigzag en IBW Pro Menté in het kader van haar opleiding tot ‘ervaringsdeskundige in de armoede en sociale uitsluiting’ (VSPW-Gent).

2. Werking

2.1 Werkgroepen

2.1.1 Ledenraad De Stem

De Stem = de ledenraad van Zigzag. Deze raad komt +/- maandelijks samen, telkens op woensdag- of vrijdagavond van 19u tot 21u. Hier wordt het algemene reilen en zeilen binnen Zigzag besproken, ideeën aangebracht, kritische bedenkingen overwogen en de voorstellen uit onze ideeënbus besproken. De stem van de leden zelf staat hier centraal.

Data samenkomsten 2013: 15/02
13/03
03/05
05/06
30/08
20/09
23/10
29/11

2.1.2 Werkgroep Vrijtijdsbesteding en Vorming

Werkgroep Vrijtijdsbesteding en Vorming = een samenwerkingsverband tussen Zigzag, IBW Pro Mente en Waasland en het DC Largo (PC Sint-Hiëronymus) met het oog op het ontwikkelen en/of stimuleren van vrijetijds- en vormingsactiviteiten, in de breedste zin van het woord. Dit is een samengestelde groep van professionele medewerkers en cliënten.

Data samenkomsten 2013: 14/01
04/02
11/03
08/04
13/05
17/06
02/09
14/10
25/11
16/12

2.1.3 Planningsvergadering vrijwillige medewerkers “bediening”

Komen tweemaandelijks samen. De hulp in de bediening in het alcoholvrije praatcafé wordt hier besproken en gepland, telkens voor de komende twee maanden.

Data samenkomsten 2013: 22/02
19/04
21/06
23/08
25/10
27/12

2.1.4 Redactieraad Ziezo

Komt +/- maandelijks samen in functie van het huiskrantje “Ziezo”, dat tweemaandelijks verschijnt (met uitzondering van: juli & augustus).

Data samenkomsten 2013: 10/01
07/02
14/03
11/04
30/05
08/08
19/09
10/10
04/11
02/12

2.1.5 Overleg met PVT 's (Psychiatrische VerzorgingsTehuizen) Sint-Niklaas

(Hooghuis & Casa Neri) in functie van het ontwikkelen van een specifiek vrijetijdsaanbod voor deze groep bewoners.

Data samenkomsten 2013: 18/02
26/06
09/12

*ik hoor de regen tegen mijn raam kletteren
mijn wekker geeft aan dat ik nog niet mijn bed
hoef uit te komen
ik heb er ook helemaal geen zin in*

*vandaag zou ik liever heel de dag slapen zo
ook deze dag weer voorbij is
langzaam voel ik dat het nut om op te staan
aan het verdwijnen is
vragen spoken weer door mijn hoofd*

*‘Misschien ben ik er morgen niet meer.’
‘Heeft het dan nut om iets te doen vandaag.’*

vragen van vroeger zijn weer terug

toch

ik moet er voor gaan en weer opstaan

Stefan B.

2.2 Activiteiten

2.2.1 Alcoholvrij praatcafé

- Openingsuren:**
- * Maandagavond: 18.00 – 22.00 uur
 - * Dinsdagnamiddag: 14.00 –17.00 uur
 - * Woensdagavond: 18.00 –22.00 uur
 - * Donderdagmorgen: 09.00 – 12.30 uur
 - * Vrijdagavond: 16.00 – 22.00 uur.
 - * Zaterdagmiddag: 14.00 – 17.00 uur

In principe ALTIJD open op deze uren (ook op feestdagen, in vakantieperiodes, ...), behoudens uitzonderlijke omstandigheden.

2.2.2 Activiteiten binnen Zigzag

- **Dansavonden:**
 - 08/02: Valentijnfuif
 - 10/05: Top 30- fuif
 - 27/05: Vrij Podium & dansnamiddag i.s.m. PVT's
 - 21/06: Karaoké
 - 08/11: Halloweenfuif

- **Vragen staat Vrij:** verzoekplatenavonden tijdens het praatcafé op vrijdagavond, verzorgd door onze huisdj. (18/01, 01/03, 12/04, 14/06, 27/09 en 06/12)

- **Crea-Workshops:** (begeleid door een cliënte, op vrijwillige basis):
 - 08/03: Zentangle
 - 19/04: Lentebeker
 - 07/06: Decoratieketting
 - 15/11: Juwelen
 - 05 & 12/12: decoratie, thema 'Kerst'

Vanaf mei komt er ook 14-daags een haakgroepje samen onder begeleiding van een andere cliënte-vrijwilligster.

- **Kennismakingsbezoeken:**
 - 29/02: patiënten Legato Sint-Hiëronymus
 - 25/02: medewerkers OC De Link- Beringen
 - 03/04: 't Papiermoleken- Leuven
 - 16/04: patiënten Largo Sint-Hiëronymus
 - 08/05: Vrijtijdsgroep CGG Waas en Dender
 - 28/05: patiënten Portato Sint-Hiëronymus en Cultuuratelier SH
 - 22/07: Liberman VTB-module Sint-Hiëronymus
 - 12/08 & 04/11: patiënten Da Capo Sint-Hiëronymus (fase 3)
 - 20/09: Beschut Wonen- Duffel
 - 06/12: Vrijtijdsgroep APZ Sint-Lucia

- **Feesten:**
 - 02/01: Nieuwjaarsreceptie
 - 25/01: Vrijwilligers-nieuwjaarsfeest
 - 04/10: Officiële Opening nieuw gebouw Zigzag & FACT
 - 05/10: BBQ
 - 06/10: Opendeur nieuwe locatie
 - 26/11: Hapjesbuffet (ikv. Herstelweek Sint-Hiëronymus)
 - 23/12: Kerstfeest

- **Gezelschapspelenavond** op vrijdag 29/03
- **PVT Hoger-Lager Quiz** op 18/11

- **Mindfulness-Opvolgingsgroep:** Samen onderhouden van zelfzorg via herhalingsoefeningen mindfulness obv. cliënt-vrijwilliger als trainer. Tweewekelijkse samenkomsten vanaf 07/05.

- **Educatie :** Maandelijks: ‘Koken met Hedwige’: samen lekker, gezond en betaalbaar leren koken
 - 18/04: Spel ‘Huisje Weltevree’ + Valquiz (ikv. ‘Week van de Valpreventie’ ism. Logo-Waasland)
 - 04/07: EHB huis-, tuin- en keukenongevallen (ism. Rode Kruis Oost-Vlaanderen)
 - 09/12: Diavoorstelling ‘Kastelen aan de Loire’ (door cliënt-vrijwilliger)

- **Initiatielessen computer** (adhv. cd-rom VDAB , Word, Internet : surfen en e-mail, ...): 24 cliënten , verspreid over het hele jaar , van 1 les tot 30 lessen per cliënt (lessen van 1 uur)

2.2.3 Activiteiten buiten Zigzag

- **Sportieve activiteiten i.s.m. Psylos:** 06/02: Internationaal Badminton-Tornooi te Leuven
19/06: Haspengouwwandeling te Sint-Truiden
Vanaf juni: Wandelproject: ‘Stap je mee’: individueel trainingsprogramma op basis van een start-test (wekelijkse groepswandeling gedurende 10 weken, 6deelnemers)
08-14/09: Int. Sportkamp ‘I like to Move it’ te Herentals
19/11: Tafeltennistornooi te Merelbeke
- **Educatie:** 24/01: Bedrijfsbezoek aan Distributiecentrum Colruyt te Halle (ism. Vormingplus)
30/04: Gegidste natuurwandeling ‘Bastion VIII’ te Dendermonde (ism. Vormingplus)
31/10: Bezoek Memorial Museum Passendaele en Diksmuide
28/11: Bedrijfsbezoek aan Ecover te Malle ism. Vormingplus)
03/12: Vlaamse Hersteldag te Gent (org.: VVGG)
- **Uitstappen:** 16/04: ‘Houden van Griffelrock’ te Antwerpen
04/08: Sint-Niklase dag te Blankenberge
20/08: Vrijwilligersdaguitstap naar Tienen
03/09: Tuinen van Adegem + Blankenberge
19/12: Kerstmarkt in de grotten van Valkenburg
- **Culturele bezoeken:** 21/02: Bezoek MAS te Antwerpen
16/04: Bezoek museum Dr. Guislain te Gent (tentoonstelling ‘Nerveuze Vrouwen’) + stadsbezoek
17/09: Bezoek achter de schermen van de Stadsschouwburg te Sint-Niklaas
- **Feesten:** 21/01: Optreden Frank Valentino in het Museum-Theater te Sint-Niklaas (ism. PVT’s)
24/10: BBQ + Volksspelennamiddag op de Ster te Sint-Niklaas ism PVT’s
- Culturele/ontspannende activiteiten onder impuls van **Fonds Vrijtijdsparticipatie voor mensen die in armoede leven (Brussel):** Apassionata, Disney on Ice, Schlagerfestival, Holiday on Ice, Peter Pan, Ben X, Annie, Zwanenmeer, Zingpaleis, Cats, Wizard of Oz, Night of the Proms, eva....

- **Matinee-voorstelling** ‘De Dame met het hondje’ (H. Flack & K. De Becker) op 26/03 in de Stadsschouwburg te Sint-Niklaas
- **Cultuurgroepje (ism. Cultuurcentrum Sint-Niklaas):**
 “Samen naar cultuur
 Wat begon met een idee vorig jaar: “Samen met mensen naar de Stadsschouwburg in groep”, is na enkele gesprekken met de Stadsschouwburg, kansspaswerker en verantwoordelijke van Zigzag uitgewerkt tot een mooi project. Wat wij eerst niet verwacht hadden, werd al snel een feit. Het had meer succes dan we eerst hadden ingeschat. Het was heel leuk om te merken dat zoveel (18) mensen samen met ons cultuur wilden gaan verkennen. Op 22 mei 2013 begon voor ons het echte avontuur want 18 personen tevreden stellen met de 6 voorstellingen die we mochten kiezen uit het grote aanbod leek ons niet evident. Doordat we verschillende genres in acht moesten nemen, liep dit echter heel vlot, de meest gekozen voorstelling werd dan gekozen en zo kwamen we tot het volgende programma:
 - * De diepte van het dal - Warre Borgmans en Dimitri Leue - Theater
 - * Feest - Els De Schepper - Humor
 - * Breken - Kommil Foo - Muziek
 - * Buitenland - Roel en Veerle Dieltjes - Klassiek
 - * Hahaha - Okidok - Circus
 - * Corporalis - Retina Dance Cy - Dans
 Samen met Ronny en Silke Van Cleuvenberge (stadsschouwburg), die ons deze avond ondersteunde, zijn we heel blij met het resultaat en belooft het een fijn cultuurjaar te worden. Wij houden jullie alvast op de hoogte als we een voorstelling gezien hebben. Zo kunnen we misschien ook jou warm maken om volgend jaar eens mee te gaan.”
 Carine en Patrick
- Naast deze activiteiten nemen cliënten ook zelf het initiatief om (sportieve) activiteiten te organiseren. Sommige van deze initiatieven zijn reeds uitgegroeid tot **clubs** die regelmatig samenkomen in voorzieningen van de stad Sint-Niklaas. Een voetbalclub, badmintonclub ‘De Fonsjes’, bowlingclub, zwemclub en een fietsclub ‘De Lustige Trappers’ die ongeveer maandelijks afspreken en een fietsweekend (31/05-02/06) organiseerden te Houthalen

2.3 Lidmaatschap Zigzag

Voor wie:

- * cliënten in begeleiding binnen de GGZ
- * ex-clieënten als ze al bekend zijn in Zigzag toen ze nog in begeleiding waren binnen de GGZ

Wat:

- * lidkaart en -bijdrage, geldig voor een kalenderjaar (afhankelijk van het resterende aantal maanden)
- * €12,00 / jaar (€1,00/maand)
- * identificatiegegevens (**ENKEL ter beschikking van professionele medewerkers van Zigzag en ENKEL voor intern gebruik; leden hebben altijd het recht hun eigen gegevens in te kijken!**)
 - naam
 - adres (woonst)
 - telefoon
 - begeleidende instantie GGZ (eventueel persoonlijke begeleider) (bij aangaan lidmaatschap en bij iedere vernieuwing, ieder kalenderjaar)
 - leeftijd / geslacht
 - wat zou je als lid voor Zigzag kunnen doen?

Voordelen:

- * gebruik van computers & internetverbinding en initiatie computer door begeleiding Zigzag
- * gratis exemplaar krantje 'Ziezo' (indien gewenst)
- * deelname aan activiteiten en uitstappen aan goedkoopste tarief (minimum kostprijs of aan ledenprijs Psylos)
- * mogelijkheid tot deelname aan de ledenraad De Stem
- * verzekering tijdens sportief-recreatieve activiteiten van Psylos vzw en Zigzag
- * ontlenen van één van de beschikbare laptops (gratis, mits betaling van waarborgsom)

Extra voordelen voor leden met beperkt inkomen (cfr. kansenas):

- * aankoop van 'goedkope' Siniscoop-tickets (met mate!)
- * aankoop van cultuurtickets via het fonds vrijetijdsparticipatie
- * gebruik van Zigzag - 'kansenas'

Conditie:

- * lidmaatschap is niet verplicht, wordt wel gestimuleerd
- * **betrokkenen** (niet-clieënten) blijven welkom, maar kunnen geen lid worden
- * niet-leden kunnen gratis blijven gebruik maken van het alcoholvrij praatcafé en kunnen aan activiteiten en uitstappen deelnemen aan verhoogde deelnameprijs (+ 1/3 (afgerond tot 0,50€)) of aan niet-ledenprijs Psylos; deelname aan activiteiten die voor leden gratis zijn kosten €1,00 voor niet-leden
- * krantje 'Ziezo' voor niet-leden aan €1,00 te koop

3 Samenwerking

3.1 Samenwerkingsverbanden

3.1.1 Stad Sint-Niklaas

Zigzag ontvangt sinds 2009 een geïndexeerde **toelage** van 3.000 Euro op jaarbasis in het kader van het Stedelijk Welzijnsactieplan (SWAP) 2008-2010 (tot 31 december 2010), verlengd sinds juli 2011 tot 31 december 2014.

Zigzag participeert ook aan de ‘**kansenpaswerking**’ van de stad Sint-Niklaas en beschikt over zgn. “begeleiderspassen”. Deze kansenpaswerking stelt mensen met een beperkt inkomen in staat deel te nemen aan het ruime vrijetijds-, culturele en vormingsaanbod binnen de stad Sint-Niklaas aan sterk gereduceerde prijzen. De kansenpaskrant wordt ook systematisch bedeed binnen Zigzag aan de geïnteresseerde cliënten

Buurtplatform ‘Westerbuurt’: deelname aan vergaderingen ter voorbereiding van en medewerking aan: nieuwjaarsreceptie (12/01), ‘Folle Maan’ (theatervoorstelling),

Cultuurgroepje ism. Cultuurcentrum: zie hiervoor

Stedelijke Academie voor Schone Kunsten: fotoreportage Hans Van der Borgh (student Fotokunst) met Opendeur op 22 & 23/06

3.1.2 Lets Sint-Niklaas

LETS komt van ‘Local Exchange Trade System’ en is een lokaal uitwisselingssysteem. Een LETSgroep is een groep mensen die, op een héél eigentijdse manier, met elkaar goederen en diensten ruilen. LETS zorgt voor kostenbesparing, hergebruik en sociale contacten binnen de stad.

Zigzag is als organisatie lid van LETS Sint-Niklaas.

3.1.3 Vormingplus Waas en Dender

Organiseert een waaier aan educatieve activiteiten die volwassenen persoonlijke, sociale en culturele competenties bijbrengen en de deelname aan de samenleving stimuleren. Er wordt naar gestreefd de kans om blijvend bij te leren binnen het bereik van iedere inwoner te brengen, met bijzondere aandacht voor groepen die moeilijker hun weg naar vorming vinden. Men gebruikt een breed gamma aan werkvormen en het plezier van het leren wordt bijgebracht. Dit gebeurt in samenspraak en samenwerking met tal van sociale en culturele sleutelfiguren, organisaties (waaronder Zigzag) en sectoren die Vormingplus Waas- en -Dender wil stimuleren en inspireren. Vormingplus Waas en Dender is erkend als regionale volkshogeschool door het Ministerie van de Vlaamse Gemeenschap.

Vanaf 1 oktober liep er wekelijks een **Samenleesproject** in Zigzag “voor wie niet zo snel uit zichzelf naar een boek of tekst grijpt, omdat samenlezen plezanter is dan alleen (lees of luister naar een verhaal, praat in groep, beleef het gezelschap)”.

3.1.4 Logo-Waasland

In samenwerking met deze lokale gezondheidsorganisatie werden in de loop van 2012 een aantal, door een diëtiste begeleide, kooksessies georganiseerd onder het motto: gezond, lekker en betaalbaar leren koken, het **'Krok Gezond'** project. Na afloop van deze reeks en op uitdrukkelijke vraag van een aantal cliënten-deelnemers werd (en wordt nog steeds) deze reeks verdergezet (op maandelijkse basis) onder begeleiding van een medewerkster van Zigzag.

Verder organiseerde Zigzag ook een aantal activiteiten uit het aanbod in het kader van **'de Week van de Valpreventie'**.

3.1.5 Samenlevingsopbouw Oost-Vlaanderen

In het verlengde van het project 'Ieders Stem Telt' (2012) werd het samenwerkingsverband **Polsslag** opgericht waar Zigzag deel van uitmaakt samen met: ABVV Oost-Vlaanderen, ACW Sint-Niklaas, CAW Waasland, De Keerkring vzw., De Vlier-wijkgezondheidscentrum vzw., Den Durpel, Lets, VLOS en Welzijnsschakels Sint-Niklaas en dit met het oog op 'een vinger aan de pols houden van het plaatselijke beleid ifv. mensen in (kans)armoede'.

In samenwerking met de stad en het OCMW werd ook meegewerkt aan de **Werelddag van Verzet tegen Armoede** op 17/10.

3.1.6 Psylos

Zigzag is lid (club) van Psylos (= Vlaamse vereniging voor Sportieve Recreatie binnen de GGZ) en kan op die manier heel wat sportief-recreatieve activiteiten aan betaalbare prijzen aanbieden aan de geïnteresseerde cliënten. Voorbeelden hiervan zijn terug te vinden in het activiteitenoverzicht hiervoor.

3.1.7 PC Sint-Hiëronymus en IBW Pro Mente

Deelname door cliënten aan de Herstelweek **'Ik HersTEL mee'** (25/11-29/11) en actieve bijdrage via de Open Groepsbijeenkomsten Mindfulness en PASS, de workshop 'Wegwijs in de samenleving' en het hapjesbuffet.

Ook de **WEP-groep** (Werkgroep Ervaringsdeskundigheid en Participatie) komt sinds mei in Zigzag samen.

Cliënten konden ook deelnemen aan de cursus **'Herstellen doe je zelf'** (15/04-01/07).

3.2 Ondersteuning

Zigzag biedt zijn infrastructuur (en in sommige gevallen ook de vrijwillige medewerking van zijn cliënten) aan ter ondersteuning van de initiatieven van een aantal partners binnen of aan de rand van de geestelijke gezondheidszorg.

3.2.1 A.A.

De A.A.-groep “De Propere Lei” komt wekelijks op donderdagavond samen in Zigzag.

3.2.2 I.B.W. Pro Mente

De jaarlijkse nieuwjaarsreceptie voor medewerkers en bewoners (28 januari) vindt plaats in de ontmoetingsruimte en wordt mede verzorgd door vrijwilligers van Zigzag.

De “bewonersraad” van dit Initiatief Beschut Wonen vindt eveneens plaats in de ontmoetingsruimte van Zigzag. Datum: 11 december

Familie-avond op 15 oktober en brandpreventie-sessies voor bewoners op 5 december.

3.2.3 PASS Waasland

Lotgenotengroep voor personen met een autisme spectrumstoornis.

Samenkomsten op: 29 juni, 31 augustus, 21 september en 30 november

Behandelde thema's: oa.: ‘autisme en vakantie’, filmvoorstelling, ‘autisme en werk’, ...

Open bijeenkomst ikv. Herstelweek PC Sint-Hiëronymus, thema: ‘autisme en diagnose’.

3.2.4 Similes Waas en Dender

Deze familievereniging binnen de geestelijke gezondheidszorg organiseerde haar jaarlijks praatcafé in de lokalen van Zigzag op 22 januari.

3.2.5 Buddywerking Vlaanderen, regio Waas en Dender (CGG De Drie Stromen)

Organiseert vriendschappelijke contacten tussen vrijwilligers en mensen met psychische moeilijkheden. Kennismakings- en opvolgingsgesprekken van cliënten en vrijwilligers uit Sint-Niklaas vinden plaats in Zigzag. Vrijwilligers worden geworven, opgeleid en ondersteund ism. CM Ziekenzorg Waas en Dender.

3.3 Het Puente-project

Nazorgservice voor ontslagen patiënten met psychotische problematiek, een initiatief van de vzw Remissie.

Zigzag fungeert hierbij als 'Remissiehuis'.

Samenkomsten van de betrokken cliënten wekelijks op vrijdagmiddag.

Het samenwerken met cliënten in de langdurige zorg leert dat de behoefte aan een goed netwerk voor mensen met schizofrenie van cruciaal belang is. De praktijk toont aan dat er vaak sprake is van gebrekkige ziekte-inzicht met therapieontrouw tot gevolg. Discontinuïteit van zorg en een hoge hervalratio zijn dan ook gekende fenomenen bij deze populatie. Na het verlaten van het ziekenhuis hervalt meer dan 80 % van de cliënten met schizofrenie. Een scharniermoment in de behandeling is inderdaad de overgang van intra- naar extramurale zorg. Met deze uitdagingen in het achterhoofd richtten hulpverleners uit Sint-Hiëronymus in samenwerking met Saint-Luc te Woluwe en de NV Mederi (netwerk van zelfstandige thuisverpleegkundigen) de **vzw Remissie** op.

Remissie – een behandelresultaat waarbij de kernsymptomen van schizofrenie in die mate afwezig zijn dat ze het gedrag van de patiënt niet meer beïnvloeden en dat gedurende een periode van zes maanden – is intussen een internationaal erkend begrip in de behandeling van schizofrenie. Met Puente lanceert de vzw Remissie een project om de stap van residentiële naar ambulante zorg extra te begeleiden gedurende één jaar. Puente richt zich naar personen met schizofrenie die in de ontslagfase zitten en behandeld worden met een langwerkend anti-psychoticum.

De cliënt kan kiezen uit twee verschillende mogelijkheden van begeleiding. Ten eerste is er **de 'thuiservice'** waarbij de cliënt via enkele bezoeken en telefonische contacten wordt herinnerd aan de geplande nazorg. Een cliënt die er bijvoorbeeld voor kiest zijn langwerkend anti-psychoticum door de huisarts te laten toedienen, wordt tijdens zijn eerste consult na de opname begeleid naar de consultatie door een verpleegkundige van Puente. Aldus kunnen voor alle partijen haalbare afspraken gemaakt worden en kan nadien de communicatie tussen zorgverleners optimaal verlopen. Daarnaast wordt er ook informatie over het omgaan met langdurige psychische problemen aan cliënten toegestuurd. Als tweede mogelijkheid bestaat **'het remissiehuis'**. Naast de bezoeken, de telefoonservice en informatietoezending, zal hier ook de inspuiting worden toegediend door een verpleegkundige van Puente. Voor het PC Sint-Hiëronymus wordt dit georganiseerd in Zigzag. Gezien de inspuitingen voor iedereen op een vast tijdstip worden toegediend is er een goede gelegenheid tot lotgenotencontact en kan er nadien aangesloten worden bij de vaste groep van Zigzag-bezoekers.

Bij dreigende therapieontrouw is er voor de beide delen van het project een beperkte assertive outreach voorzien (assertive call en/of visit).

Het project werd voor drie jaar gefinancierd door het CSR Fund van Johnson & Johnson en is gratis voor alle deelnemende cliënten.

In het verlengde van dit project is sinds oktober 2007 ook een lotgenotengroep voor mensen met psychose lopende in Zigzag.

Psychose Lotgenotengroep in Zigzag

Voor wie?

Voor mensen die één of meerdere psychose(s) hebben meegemaakt en die graag in contact willen komen met anderen met gelijkaardige ervaringen EN niet in opname zijn of toch al zicht hebben op ontslag.

Wat is het doel?

Het bieden van ondersteuning aan elkaar bij het verwerken van en leren leven met psychotische ervaringen.

Waarom een lotgenotengroep?

Omdat lotgenotencontact een bron van herkenning, erkenning, steun en informatie is voor veel mensen.

Hoe werkt zo'n groep?

Er wordt in een ontspannen sfeer gesproken over onderwerpen die door de groepsleden zelf worden aangebracht.

Iedereen kan op zijn of haar eigen wijze meedoen. Het maakt niet uit of je vooral wil luisteren of juist veel wil vertellen.

Er wordt rekening gehouden met mensen die het moeilijk vinden om in groep te praten.

Kan je jezelf zomaar aanmelden?

*Ja, dat kan! Je krijgt dan na aanmelding een afspraak voor een **kennismakingsgesprek** met de hulpverlener die de toeleiding naar de groep begeleidt.*

Kosten:

Er zijn **geen kosten** verbonden aan deelname aan de groep.

Plaats:

De bijeenkomsten gaan door in **Zigzag**, Huis voor Ontmoeting in de Geestelijke Gezondheidszorg. Adres: Hazewindstraat 7 te Sint-Niklaas of op een nader afgesproken plaats in de stad (afhankelijk van keuze buitenactiviteit).

Aantal bijeenkomsten, dag en tijdstip:

De bijeenkomsten gaan door **één keer per maand**.

En dit in principe op: **elke eerste vrijdagavond van de maand van 18u tot ongeveer 20u15**.

Vragen?

Voor meer informatie kan je terecht in Zigzag of bellen met **Ronny Soontjens**

Aanmelden bij:

Indien je geïnteresseerd bent, kan je je aanmelden bij: **Ronny Soontjens, Zigzag, tel.: 03/778.25.53**

Een initiatief voortvloeiend uit de Puente-service van de vzw Remissie.

4 Dankwoord

Tot slot wensen Zigzag, de medewerkers, leden, cliënten en betrokkenen, iedereen te danken die de werking van het ontmoetingshuis op één of andere, maar steeds erg gewaardeerde, manier mee mogelijk maakt:

- ☞ Het Psychiatrisch Centrum Sint-Hiëronymus en IBW Pro Mente, initiatiefnemers
- ☞ de partners IBW Waasland en APZ Sint-Lucia
- ☞ de stad Sint-Niklaas voor de financiële ondersteuning en de goede samenwerking
- ☞ de leden van De Stem en de verschillende werkgroepen
- ☞ alle vrijwillige medewerkers
- ☞ Present vzw
- ☞ buurtplatform Westerbuurt
- ☞ Vormingplus Waas en Dender vzw
- ☞ Psylos vzw
- ☞ de vzw Remissie
- ☞ Lets Sint-Niklaas vzw
- ☞ Logo Waasland
- ☞ Buddywerking Vlaanderen, regio Waas en Dender
- ☞ Similes vzw Waas en Dender
- ☞ Samenlevingsopbouw Oost-Vlaanderen vzw



Huis voor Ontmoeting in de Geestelijke Gezondheidszorg

Adres: Hazewindstraat 7

9100 Sint-Niklaas

Tel: 03 778 25 53

e-mail: zigzag@hieronymus.be

Website: <http://www.ontmoetingshuiszigzag.be>

(Ziezo ook te lezen via deze site of via intranet Sint-Hiëronymus)

Openingsuren:

Maandagavond	18.00 – 22.00 uur
Dinsdagnamiddag	14.00 – 17.00 uur
Woensdagavond	18.00 - 22.00 uur
Donderdagmorgen	09.00 – 12.30 uur
Vrijdagavond	16.00 – 22.00 uur
Zaterdagmiddag	14.00 – 17.00 uur

