

Jaarverslag

Zigzag

Huis voor Ontmoeting in de GGz

Hazewindstraat 7

Sint-Niklaas

2014



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 **2014** 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 cijfergegevens even naar voor brengen.

Het afgelopen jaar konden we weer rekenen op de inzet en medewerking van heel wat **vrijwilligers-cliënten, 51** in totaal!

We telden ook **148 betalende leden** (117 in 2013), iets meer mannen als vrouwen, bijna 2/3 uit de stad Sint-Niklaas (fusiegemeenten inbegrepen) en overwegend in de leeftijd van 41 tot 60 jaar (met de grootste groep in de leeftijdscategorie 51-60 jaar).

Het gemiddeld aantal cliëntenbezoeken/week bedroeg in 2014: **183** (170 in 2013), een blijvende toename die, volgens ons, zeker ook te maken heeft met onze aantrekkelijke locatie in de Hazewindstraat. 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).

Het groeiend aantal bezoekers en de toename in gebruik van de infrastructuur van Zigzag verhoogt natuurlijk ook in aanzienlijke mate de werkdruk. Om aan deze nood te beantwoorden werd dan ook in het afgelopen najaar de personeelsequipe uitgebreid met een halftime logistiek assistente, gedetacheerd vanuit PC Sint-Hiëronymus.

Ronny Soontjens,
Verantwoordelijke Zigzag
maart 2015

Ontmoeten is...

de stap durven zetten.

Je ware gezicht durven tonen,

je vrees en onzekerheid

opzij schuiven,

je vertrouwen aan iemand schenken,

weten dat je geborgen bent.

Ontmoeten is...

niet veel vragen stellen,

aandringen of uitpluizen,

beslag leggen

of veroordelen.

Ontmoeten is...

nooit 'moeten',

het is aanvoelen,

luisteren,

stil worden.

Ontmoeten geeft...

nieuwe horizonten

aan je leven.

Je moet voortaan

je kleinheid

en onmacht

niet meer verbergen,

je moet ze niet langer

alleen dragen.

Er is iemand

bij wie je altijd

terecht kan!

(www.gedichten-freaks.nl)

Jaarverslag Zigzag 2014

1 Voorstelling medewerkers

1.1 Dagelijkse leiding

- Ronny Soontjens (verantwoordelijke, voltijds, klinisch psycholoog)
- Davy De Rore (voltijds, ergotherapeut)
- Hedwige Zenner (halftijds, technisch geschoold)
- Margie De Breuck (halftijds, opvoedster en zorgkundige)
- Marit De Schepper (halftijds, logistiek assistente), sinds november 2014

Het personeel wordt gedetacheerd vanuit het P.C. Sint-Hiëronymus (2 FTE), IBW Pro Mente (1FTE) en IBW Waasland (0,5 FTE).

In de loop van 2014 hebben de medewerkers de volgende opleidingen/bijscholingen bijgewoond:

- **GGz-congres** te Wilrijk (UA) (16 & 17/09)
- Opleidingsdag ‘**Stap je mee**’-project Psylos te Gent (13/03)
- Lezing omtrent **Euthanasie** in PC Sint-Hiëronymus (15/10)
- Voordracht: **GGz in ontwikkeling** in PC Sint-Hiëronymus (13/11)

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.	Tom O.	
Stefan B.	Kurt	Peter M.	
Francis	Dirk	Annelies	
Sabien	Carine	Stefan G.	
TomVDB	Johan V.	Fatima	
Donny	Peter H.	Ramona	
Lutje	Rudi	Lea	
Patricia	Els	Danny	
Marianne	Petra	Sara	
Chris	Pascale	Vincent	

vzw Present staat in voor de schriftelijke overeenkomsten, verzekering, vorming (oa. instapsessie op 17/03 te Dendermonde) en ontmoetingsmomenten voor een deel van onze vrijwilligers.

Enkele keren per jaar komen we met alle vrijwilligers samen voor overleg omtrent het vrijwilligerswerk in Zigzag.

1.3 Stage

Peggy De Middelaer heeft stage gelopen bij Zigzag en IBW Pro Mente in het kader van haar opleiding tot 'ervaringsdeskundige in de armoede en sociale uitsluiting' (VSPW-Gent).

Liza Dedapper heeft stage gelopen in het kader van haar opleiding 'Bachelor Ergotherapie' aan de Artevelde Hogeschool te 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.

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-vrijwilligers. Deze werkgroep komt +/- maandelijks samen, telkens op maandagnamiddag.

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.

2.1.4 Redactieraad Ziezo

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

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. Dit overleg vindt een 4-tal keer per jaar plaats.

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:**
 - 14/02: Valentijnfuif
 - 05/05: Vrij Podium & dansnamiddag i.s.m. PVT's
 - 09/05: Top 30-fuif
 - 24/10: Halloweenfuif

- **Vragen staat Vrij:** verzoekplatenavonden tijdens het praatcafé op vrijdagavond, verzorgd door onze huisdj., tweemaandelijks.

- **Crea-Workshops:** (begeleid door een cliënte-vrijwilligster):
 - 17/01: Juwelendoosje
 - 19/03: Siervazen
 - 02/05: Fleurig aardewerk
 - 25/07: Patroonjuwelen
 - 27/10: Memobordjes
 - 08 & 15/12: Sierboeken

Er komt ook 14-daags een **haakgroepje** samen onder begeleiding van een andere cliënte-vrijwilligster.

Er vond ook een **kunsttentoonstelling** plaats van één van onze cliënten (Craig C.: beeldhouwwerken, olieverfschilderijen en aquarel) van 20 tot 29/11.

- **Kennismakingsbezoeken:**
 - 09/01: PC St Jan de Deo uit Gent
 - 03/02: studenten Muziektherapie Leuven
 - 04/03: PC Bethanieën uit Zoersel
 - 27/05: Cultuuratelier PC Sint-Hiëronymus
 - 10/07: VTB-module APZ St-Lucia
 - 26/09: studenten Slovenië(Artevelde Hogeschool)
 - 13/10: Vrouwencentrum Sint-Niklaas
 - 20/10: KaHo Sint-Lieven
 - 06/11: Da Capo PC Sint-Hiëronymus

24/11: Vrijtijdsgroep PC Sint-Hiëronymus
27/11: APZ St-Lucia

- **Feesten:** 02/01: Nieuwjaarsreceptie
31/01: Vrijwilligers-nieuwjaarsfeest
29/03: optreden covergroep 'Covery'
04/04: Vrij Podium
19/09: BBQ
11/11: Brunch
19/12: Miss & Mr. Zigzag-verkiezing
24/12: Kerstfeest
- **Filmontbijt** op zondag 16/03
- **Bingo-spelnamiddag** op 17/04
- **MuziekQuiz** op 03/10
- **Mindfulness-Opvolgingsgroep:** Samen onderhouden van zelfzorg via herhalingsoefeningen mindfulness obv. cliënt-vrijwilliger als trainer. Tweewekelijkse samenkomsten.
- **Educatie :** +/- Maandelijks: 'Koken met Hedwige': samen lekker, gezond en betaalbaar leren koken
05/03: Workshop circustechnieken (nav. de voorstelling 'Hahaha' van Okidok in de SSB)
13/03: 'Kleinkunst zingen uit Vlaanderen en Nederland' (ism. Vormingplus Waas en Dender)
30/04: Gezondheidsquiz (ism. Artevelde Hogeschool Gent)
03/09: Workshop 'alcoholvrije cocktails'
28/11: 'Zingen met je hele lichaam' (zanginitiatie)
03/12: Voetmassage
10/12: Handmassage
- **Initiatielessen computer** (adhv. cd-rom VDAB , Word, Internet : surfen en e-mail, ...): 17 cliënten , verspreid over het hele jaar , van 1 les tot 33 lessen per cliënt (lessen van 1 uur)

2.2.3 Activiteiten buiten Zigzag

- **Sportieve activiteiten i.s.m. Psylos:** 06/02: Badmintontornooi te Oosterzele
06/03: Tafeltennistornooi te Geel
24/03-26/05: ‘Stap je mee’-project
(wandelpoject ifv. een gezondere
levensstijl, ged. 10 weken)
23/04: Wandeltocht te Duffel
24/04: ‘Move it!’ te Tienen
02-06/06: ‘Stap & Trapweek’ Waregem
19/06: ‘Move it! XL’ te Wachtebeke
07-12/09: Int. Sportkamp ‘I like to
Move it’ te Herentals (met
delegaties uit B, NL, UK, I & D)
18/11: Tafeltennistornooi te Merelbeke
04/12: Slotmoment ‘Stap je mee’ te
Grimbergen
- **Educatie:** 21/02: Daguitstap Gent met bezoek aan expo: ‘Lang leve
de tv. 60 jaar televisie’
08/05: Daguitstap De Panne met bezoek aan
Bakkerijmuseum te Veurne
17/06: Initiatie paardrijden te Stekene
02/09: Daguitstap Brussel met gegidste rondleiding in
de Marollen
05/09: Bezoek ‘achter de schermen van de Stads-
Schouwburg’ te Sint-Niklaas
23/09: Bezoek aan saffraan- en escargotkwekerij
te Moerbeke-Waas
25/10: Transitie-quiz te Sint-Niklaas
04/11: Daguitstap Antwerpen met bezoek aan
Tentoonstelling Panamarenko
- **Uitstappen:** 16/01: Wijnegem Shoppingcenter
22/04: Houden van/Griffelrock in Sportpaleis Antwerpen
01/05: Disteltocht te Dendermonde
16/05: Molenaarstocht te Belsele
28/07: ‘PVT zomert...’ in Puyenbroeck, Wachtebeke
28/08: Vrijwilligersdaguitstap naar Oostende
16/12: Kerstmarkt te Brugge
- **Feesten:** 18/02: Optreden Marino Punk in het Museum-
Theater te Sint-Niklaas (ism. PVT’s)

- Culturele/ontspannende activiteiten onder impuls van **Fonds Vrijtijdsparticipatie voor mensen die in armoede leven (Brussel)**
- **Cultuurgroepje (ism. Cultuurcentrum Sint-Niklaas):**
 “Samen naar cultuur
 Wat begon vanuit het idee: “Samen met mensen naar de Stadsschouwburg in groep”, is na enkele gesprekken met de Stadsschouwburg, kansenaswerker 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 mensen samen met ons cultuur wilden gaan verkennen.”
- 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, ‘start to run’-club en een fietsclub ‘De Lustige Trappers’ die ongeveer maandelijks afspreken (vanaf de maand april) en een fietsweekend (03/10-04/10) organiseerden te Oostduinkerke.
 Ook nam een groepje ‘Zigzag-kaarters’ deel aan het WK Wiezen te Zandhoven op 12/04.

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 (participatie)
 - inkomen

Voordelen:

- * gebruik van computers & internetverbinding en initiatie computer door begeleiding/vrijwilligers 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 (18/01), Buurtfeest (30/08),

Wijkoverleg Kroonmolenwijk: een samenwerkingsverband tussen buurtbewoners en organisaties/voorzieningen uit de wijk met de bedoeling elkaar beter te leren kennen en gezamenlijke acties uit te werken ivf. verbetering leefbaarheid buurt (verkeersveiligheid, zwerfvuil...): zwerfvuilactie op

Cultuurgroepje ism. Cultuurcentrum: zie hiervoor

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.

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.

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, Beweging.Net Sint-Niklaas, CAW Waasland, De Keerkring, De Vlierwijkgezondheidscentrum, 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'. Zo werd er een rondetafel met de Sint-Niklase politici georganiseerd in Zigzag op 11 februari over sociale thema's: wonen en energie, maatschappelijke dienstverlening en gezondheid. We namen ook deel aan het overleg met AZ Nikolaas over de 'derdebetalersregeling' (01/04). In samenwerking met de stad en het OCMW werd ook meegewerkt aan de **Werelddag van Verzet tegen Armoede** dmv. een 'inleefweek armoede' (11-17/10). De 'toetsgroep' van cliënten komt ook op regelmatige basis samen in Zigzag.

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

Er vonden het afgelopen jaar samenkomsten plaats in Zigzag van de **werkgroepen art. 107**, functies 2b, 3 & 5, een vormingsmoment voor **VDIP** op 26/06 en een overleg van **de Oost-Vlaamse mobiele teams** op 20/05.

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**' (01/10-17/12).

IBW Pro Mente organiseerde de volgende activiteiten in de lokalen van Zigzag: nieuwjaarsreceptie (20/01), gezond koken (03&17&31/03), voetverzorging (27/03), planningsdag (22/05), info-sessie gezonde hapjes (04/11), cliëntenraden (11/06 & 08/10) en familiefeest (16/11).

Het **FACT-team** vindt ook z'n onderkomen in hetzelfde gebouw.

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 PASS Waasland

Lotgenotengroep voor personen met een autisme spectrumstoornis.

Samenkomsten op: 18 januari, 1 maart, 31 mei, 20 september, 18 oktober en 27 december.

3.2.3 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.

3.2.4 ACA (Adult Children of Alcoholics/Dysfunctional Families)

Komen sinds 31/10 tweewekelijks samen in Zigzag.

“Groeide je op in een alcoholische familie? Groeide je op in een disfunctioneel gezin? Wil je herstellen van de gevolgen hiervan? We verwelkomen u graag.”

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. 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. 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 insputing worden toegediend door een thuisverpleegkundige. Voor het PC Sint-Hiëronymus wordt dit georganiseerd in Zigzag. Gezien de insputingen 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 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 & wijkoverleg Kroonmolenwijk
- ☞ 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>

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

