

Jaarverslag

Zigzag

Huis voor Ontmoeting in de GGz

Hazewindstraat 7

Sint-Niklaas

2015



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 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 ons krantje 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 Beschut Wonen Waasland (APZ Sint-Lucia) en de stad Sint-Niklaas.

Geachte lezer,

Voor u ligt het jaarverslag **2015** 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.

Enkele cijfergegevens alvast:

Het afgelopen jaar konden we weer rekenen op de inzet en medewerking van heel wat **vrijwilligers-cliënten, 55** in totaal!

We telden ook **147 betalende leden** (148 in 2014), evenveel mannen als vrouwen, 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 klantenbezoeken/week bedroeg in 2015: **200** (183 in 2014), 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) vanuit of aan de rand van de ggz.

Cijfers waar we, in alle bescheidenheid, enigszins trots op mogen zijn.

En toch...

We beseffen en horen ook vanuit verschillende hoeken dat er nog een hele hoop cliënten de weg naar Zigzag niet vindt, dat we nog te beperkt toegankelijk zijn (geen permanente toegankelijkheid, niet open op zondag...), dat er geen permanent aanbod aan vrijblijvende activiteiten is en dat we ons ook op een specifieke doelgroep richten (enkel cliënten uit de GGz en hun betrokkenen),

Vragen en verwachtingen die nog versterkt worden door de 'vermaatschappelijking van de zorg' (meer specifiek de ontwikkelingen in het kader van het zgn. art. 107).

Wij willen het (de) komende jaar (jaren) deze uitdaging mee aangaan en hopen ook onze bijdrage te kunnen leveren aan deze nieuwe ontwikkelingen.

Ronny Soontjens,
Verantwoordelijke Zigzag
maart 2016

Café Biljart

Ze delen woorden met elkaar,
fluisteren verleden verhalen
met unhappy end,

spelen op een klein stukje
groen voor het eenzame hart,
het glad gestreken laken,

ze juichen en morren aan
de kaarttafel, verdienen
ereplaatsen in wedstrijden,

troosten lotgenoten, toasten
met koffie, thee
en zoeternijen, want

blowen en alcohol zijn hier
verboden, sigaretten uit
den boze, rook op het terras,

dat bij open weer vakantie
oproept, kansen doet
dromen om weg

te vliegen, nooit meer
terug te komen, na jaren
slechts even bij

te praten, vrij en willig,
delen blijvers
wat ze kunnen,

blikken gaan open
en verkennen
een wereld die wenkt

Annelies M.

Jaarverslag Zigzag 2015

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)
- Katrijn Declerck (halftijds, maatschappelijk assistente), sinds december 2015 (ter vervanging van Margie De Breuck, in ziekteverlof)

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 2015 hebben de medewerkers de volgende studiedagen/opleidingen/bijcholingen bijgewoond:

- workshop **Dialectische Gedragstherapie** (PC Sint-Hiëronymus)
- voorstelling **schakelteam internering** (Zigzag)
- inspiratiedag **ergotherapie en herstel** (Arteveldehogeschool Gent)
- symposium **waardengerichte zorg** (PC Sint-Hiëronymus)
- voordracht **Similes** (herstelweek PC Sint-Hiëronymus)
- debat **werk-zorg** (herstelweek AC De Witte Hoeve)
- voordracht **KOPP** (herstelweek PC Sint-Hiëronymus)
- voordracht **kwartiermaken** (herstelweek PC Sint-Hiëronymus)
- voordracht **participatie in zicht** (herstelweek PC Sint-Hiëronymus)
- studiedag **herstelgerichte zorg: lessen uit Engelse en Vlaamse ervaring** (UPC KU Leuven)
- Vlaamse hersteldag **‘herstellen doen we samen’** (VVGG Gent)
- studienamiddag **Hoe omgaan met vrijheidsbeperkende maatregelen?** (Odisee Sint-Niklaas)
- vorming **agressiebeheersing** (PC Sint-Hiëronymus)

1.2 Vrijwillige medewerkers

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

Patrick VB	Anja	Marleen
Suzy	Christel	Johan A.
Patrick DN	Michel	Wesley
Suzanne	Hilde C.	Koen
Fons	Hugo	Ingrid
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 B.	Danny
Marianne	Jony	Chris
Kristine	Erwin	Els DC
Viviane	Mia	Andy
Georges		

vzw Present staat in voor de schriftelijke overeenkomsten, verzekering, vorming (oa. instapsesies op 19/03, 26/03 en 02/04 te Waarschoot) 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

Thierens Dries heeft in het kader van het 2^e jaar **graduaat orthopedagogie** (Stedelijke Onderwijs HBO5 Antwerpen) stage gelopen vanaf september 2015 voor een totale duur van 260 uur.

De Greve Charlotte heeft in het kader van het 1^e jaar **maatschappelijk werk** (Hogeschool Gent) 20u vrijwilligerswerk ('maatschappelijk engagement') gedaan.

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.

Er is ook een ‘kerngroepje’ van een 6-tal cliënten-vrijwilligers die het functioneren zelf van de ledenraad onder de loep nemen en sturen en een Algemene Ledenvergadering (20/11) met voorafgaande algemene bevraging georganiseerd hebben.

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 maandnamiddag.

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:**
 - 13/02: Valentijnfuif
 - 07/05: Vrij Podium & dansnamiddag i.s.m. PVT's
 - 08/05: Top 30-fuif
 - 18/12: Eindejaarsfuif

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

- **Crea-Workshops:** (afwisselend begeleid door 3 cliënten-vrijwilligsters):
 - 30/01 en 20/02: Pennendozen
 - 20/03: Paaskaarten
 - 24/04: Bloempotclowns
 - 03/07: Decoratie 'zomer' praatcafé
 - 27/07: Geurballen
 - 24/08: Boekbinden
 - 15/09: T-shirts beschilderen
 - 26/10: Decopatch
 - 07/12: Luciferdozen bekleden

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 (Lisbeth W. van 26/11 tot en met 05/12).

- **Kennismakingsbezoeken:**
 - 20/01 & 22/01: PC Sint-Hiëronymus (Da Capo)
 - 18/02: studenten Odisee (campus Waas)
ikv 'Dag van de Diversiteit'
 - 10/03: APZ Sint-Lucia (KST)
 - 17/03: PC Sint-Hiëronymus (A Tempo)
 - 13/04: IBW Eeklo
 - 23/04: APZ St-Lucia (KDS)
 - 05/05: Cultuuratelier PC Sint-Hiëronymus
 - 15/05 & 22/05: Dagcentrum APZ St-Lucia
 - 02/07: PC Sint-Hiëronymus (Da Capo)

04/08: PC Sint-Hiëronymus (A Tempo)
18/08: PC Sint-Hiëronymus (Moderato)

- **Feesten:**
 - 02/01: Nieuwjaarsreceptie
 - 23/01: Vrijwilligers-nieuwjaarsfeest
 - 25/05: Kaasavond (Pinkstermaandag)
 - 25/09: BBQ
 - 17/10: Vrij Podium
 - 13/11: Quiz '15 jaar Zigzag'
 - 05/11: Hoger/Lager Quiz PVT's
 - 21/11: Brunch
 - 23/12: Kerstfeest
- **Filmvertoning "Op reis in Canada"** (obv een cliënte-vrijwilligster) op 16/03 en **"A Beautiful Mind"** (08/06)
- **FilmQuiz** op 18/03
- **Waas Toneel Team:** een nieuw toneelproject, op initiatief van één van onze cliënt-vrijwilligers en onder begeleiding van een professionele regisseur (Jurgen De Kerf) en initieel ook van een professioneel actrice en dramadocente (Inge Verhees), resulterend in een voorstelling voor het 'grote publiek' in het Museumtheater te Sint-Niklaas op 11, 12 en 13 december. Wekelijkse repetitiemomenten waar een 15-tal cliënten aan deelnamen. Ondersteuning ook vanuit Open Doek vzw en het PC Sint-Hiëronymus voor de realisatie van de publieksvoorstelling.
- **Mindfulness-Opvolgingsgroep:** Samen onderhouden van zelfzorg via herhalingsoefeningen mindfulness obv. cliënt-vrijwilliger als trainer. Tweewekelijkse samenkomsten.
- **Educatie :** +/- Maandelijks: 'Koken met Hedwige/Marit': samen lekker, gezond en betaalbaar leren koken
 - 29/01 – 25/06: Franse Lessen (omtrent dagdagelijkse situaties: familie, telefoneren, op restaurant...) door één van onze cliënt-vrijwilligers
 - 25/02: Workshop "Lachen is gezond, leer jezelf lachen" (obv Therapeute Caroline Coddens)
 - 30/03: Workshop "Binnenmilieudokter" (ism Logo Waasland)
 - 05/05: 'Leesproeverke': lezen van sterke verhalen (obv Trees Heirbout)
 - 19/05: "De helende kracht van muziek" (ism Vormingplus en Similes)
 - 12/05: Voorstelling 'Rap op Stap'-kantoor ('reis- en vrije tijdsadvies voor mensen met een kleine portemonnee')
 - 19/10: Initiatie 'Spring Forest Qigong'
 - 20/10: "Wegwijs in de GGz" (ism Vormingplus)

- **Initiatielessen computer** (basisprogramma's (oa Word) en internet : surfen en e-mailen, ...) **en leren gebruiken van tablets, laptops:** 13 cliënten , verspreid over het hele jaar , van 1 les tot 35 lessen per cliënt (lessen van 1 uur)
- **Studiebegeleiding:** 1 cliënte-studente (10 x begeleiding)

2.2.3 Activiteiten buiten Zigzag

- **Sportieve activiteiten i.s.m. Psylos:** 05/02: Badmintontornooi te Oosterzele
19/02: Tafeltennistornooi te Geel
15/04: Bloesemtocht te Sint-Truiden
21/04: Provinciale competitie zaalvoetbal te Gent
11/06: Provinciale competitie zaalvoetbal te Sint-Niklaas (De Ster)
25-29/05: 'Stap & Trapweek' te Malle
18/06: 'Move it! XL' te Mechelen
06-11/09: Int. Sportkamp 'I like to Move it' te Herentals (met delegaties uit B, NL, UK & I)
24/11: Badmintontornooi te Tienen
- **Educatie:** 09/01: "Belgen met 2 Culturen": bezoek aan de tentoonstelling '50 jaar migratie' in STEM (Zwijgershoek, SN)
03/02: Daguitstap Aalst met bezoek aan carnavalsmuseum en carnavalwerkplaatsen
27/02: Workshop 'circustechnieken' (Stadsschouwburg SN)
23/04: Bezoek aan Sanguisorba ("plantaardigheden") te Ranst
10/11: Bezoek aan de Dossinkazerne te Mechelen
- **Uitstappen:** 30/04: Houden van/Griffelrock in Sportpaleis (A'pen)
16/06: Daguitstap Planckendael te Muizen (Mechelen)
20/08: Vrijwilligersdaguitstap naar Damme
03/09: Daguitstap Oostende (met boottocht op zee)
17/12: Kerstmarkt te Hasselt
- **Feesten:** 16/01: Nieuwjaarsoptreden Filip Piens in het Museum-Theater te Sint-Niklaas (ism. PVT's)
16/09: BBQ en Muziekquiz PVT's op De Ster (SN)
- Culturele/ontspannende activiteiten onder impuls van **Fonds Vrijtijdsparticipatie voor mensen die in armoede leven (Brussel)**
- **The Human Library** in de stadsbibliotheek van Sint-Niklaas (zie artikel Ziezo 15,2 p. 34)
- Deelname aan het **WK Wiezen** te Diest op 10/10 en de quiz "De slimste straat van Sint-Niklaas" op 07/11

- **Cultuurgroep (ism. Cultuurcentrum Sint-Niklaas):**
“Samen naar cultuur”: in groep, betaalbaar, kennismaking met verschillende soorten voorstellingen en op initiatief van en onder begeleiding van enkele cliënten-vrijwilligsters (“Cultuur-Ambassadeurs”)
- 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 en een fietsclub ‘De Lustige Trappers’ die ongeveer maandelijks afspreken (vanaf de maand mei) en een fietsweek (07/04-10/04) organiseerden te Bruinisse (NI).

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

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 en nogmaals tot en met december 2017 in het kader van het meerjarenplan 2014-2019 (3.100 Euro vanaf 2015).

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 (17/01), Valentijnfuif (14/02),

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 ivv. verbetering leefbaarheid buurt (verkeersveiligheid, zwerfvuil...): zwerfvuilactie op 27 mei en foto-zoektocht op 20 september (ikv ‘autoloze zondag’).

Cultuurgroep 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.

Verder ook medewerking aan sensibiliseringsacties rond ‘gezond binnenmilieu’ en ‘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, Beweging.Net Sint-Niklaas, CAW Waasland, De Keerkring, De Vlier-wijkgezondheidscentrum, VLOS en Welzijnsschakels Sint-Niklaas (De Springplank) en dit met het oog op ‘een vinger aan de pols houden van het plaatselijke beleid ivf. mensen in (kans)armoede’.

Zo werd er samengewerkt rond een laagdrempelig zakboekje: “De Sociale GPS van Sint-Niklaas” (initiatief: Welzijnsschakel De Springplank). We namen ook deel aan het overleg met AZ Nikolaas over de ‘derdebetalersregeling’.

In samenwerking met de stad en het OCMW werd ook meegewerkt aan de **Werelddag van Verzet tegen Armoede** (16/10).

De ‘toetsgroep’ van cliënten komt ook op regelmatige basis samen in Zigzag, alsook de werkgroep ‘wonen’.

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 **werkgroep ‘cliëntenparticipatie’ art. 107**, netwerk ASD (Aalst, Sint-Niklaas, Dendermonde), van de **werkgroep ‘KOPP’ (Kinderen van Ouders met Psychische Problemen)** en van de **werkgroep Referentiepersonen Herstel**.

Ook de **WEP-groep** (Werkgroep Ervaringsdeskundigheid en Participatie) kwam regelmatig in Zigzag samen en er werd ism Zigzag een database uitgewerkt: **‘Wegwijs in de samenleving’**.

Cliënten konden ook deelnemen aan de cursussen **‘Herstellen doe je zelf’** en **‘Wellness Recovery Action Plan’**.

We namen ook deel aan de **Herstelweek “Binnenste-Buiten”** (23-27/03) en aan de **‘Iron Gino’** (estafeteloop op 02/10).

Ook de muziekgroep (professionele medewerkers & cliënten) **‘Out of my Box’** vindt onderdak in Zigzag.

IBW Pro Mente organiseerde de volgende activiteiten in de lokalen van Zigzag: EHBO-workshop (16/01), Nieuwjaarsreceptie (26/01), voorstelling cliëntdossier aan IBW Min, Antwerpen (19/03), ‘etentje met de burens’ (24/03), overleg coördinatoren IBW Antwerpen (04/05), cliëntenraden,

Het **FACT-team (mobiel team langdurige zorg)** vindt ook z’n onderkomen in het Zigzag-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 Autisme Spectrum Stoornis.

Samenkomsten op 31 januari, 21 februari, 28 maart, 25 april, 23 mei, 27 juni, 12 september, 24 oktober en 19 december.

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

Organiseert vriendschappelijke contacten tussen vrijwilligers en mensen met psychische moeilijkheden. Vrijwilligers worden geworven, opgeleid en ondersteund ism. CM Ziekenzorg Waas en Dender.

3.2.4 ACA (Adult Children of Alcoholics/Dysfunctional Families)

Komen 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.”

3.2.5 Waas Toneel Team

Zie hiervoor.

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 extramuraal 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 inspuiting worden toegediend door een thuisverpleegkundige. 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 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 (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
- ☞ Lets Sint-Niklaas vzw
- ☞ Logo Waasland
- ☞ Buddywerking Vlaanderen, regio Waas en Dender
- ☞ Similes vzw Waas en Dender
- ☞ Vlaamse Vereniging voor Geestelijke Gezondheidszorg vzw
- ☞ 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

