

Vorming werking Similes 27/02/2021

Kern vorming: structurele samenwerking Vonkel en Similes

Aanwezigen: Josette, Lieve, Rita, Louise, Annick, Tony, Veerle, Andrea, Christine, Els, Rahis, Patricia, Hannelore, Huguette, Mayke, Beatrice, Ann, Simon, Ida.

Voorstelling aanwezigen

- Alle aanwezige vrijwilligers Vonkel stellen zich kort voor
- Josette, Similes, vrijwilligerscoördinator
- Annick, Similes, vrijwilliger organisatie ontmoetingsgroep
- Ann, RWS, vrijwilliger

Voorstelling Similes (Josette)

Similes is de vereniging voor familie en naastbetrokkenen van psychisch kwetsbare mensen: ouders, partners, broers/zussen, kind van, vrienden, collega's... Similes is er voor iedereen die nauw betrokken is bij de zorg voor een psychisch kwetsbaar persoon.

Similes betekent **gelijken, gelijkwaardigheid**.

Eenzijds de idee dat familie en naastbetrokkenen als gelijken zouden moeten beschouwd worden in de zorg: **familie als volwaardige partner in de hulpverlening**. Anderzijds het gelijke karakter van de lotgenoten. De brede omgeving van mensen met psychische problemen heeft vaak **dezelfde vragen en heeft dezelfde zorgen (nodig)**.

Similes algemeen

Similes is een vzw en bouwt haar werking hoofdzakelijk op vrijwilligers. Er zijn een tiental (sommigen deeltijds) betaalde werkrachten op 2 kantoren (Heverlee en Drogen) en een 200-tal vrijwilligers actief, verspreid over heel Vlaanderen. Vaak zijn de vrijwilligers mensen die hun eigen ervaringen constructief willen inzetten. Vrijwilligers kunnen verschillende rollen hebben binnen de werking: kringvrijwilligers, familievertegenwoordigers, luistervrijwilligers, gespreksbegeleiders, getuigenisvrijwilligers, logistieke vrijwilligers...

De voornaamste financieringsbronnen van Similes zijn ook vandaag het decreet betreffende het sociaal-cultureel volwassenenwerk en de aanvullende tewerkstellingsmaatregelen. Daarnaast ontvangt Similes soms projectfinanciering voor een welbepaald tijdelijk project. Binnen het project Psy 107 van de federale overheid zijn we verantwoordelijk voor de inzet van familievertegenwoordigers in de netwerken GGZ. We zijn steeds op zoek naar extra giften en sponsoring om onze missie te realiseren. Similes krijgt heel af en toe een legaat.

Taboe doorbreken

Similes wil mee **het taboe dat rust op geestelijke gezondheid doorbreken en vooroordelen helpen doorprikken**. Ze ondersteunt daarvoor verschillende campagnes zoals Te Gek?! (<https://www.tegek.be/>), Week van de GGZ (1-10 oktober thema veerkracht) die als doel hebben positieve beeldvorming over geestelijke gezondheid. Met de eigen **KEI-campagne** (meer info zie website Similes) draagt Similes (ook letterlijk) een steentje bij tot sensibilisering van de samenleving om minder te oordelen en meer steun te bieden aan mantelzorgers van psychisch kwetsbaren.

Similes organiseert info-avonden en andere activiteiten om de brede maatschappij te informeren. Daarnaast zorgt Similes voor **steun en een luisterend oor voor naasten van mensen met psychische problemen** waarbij er aandacht is voor de binnenwereld en zelfzorg van de betrokkene.

Het uiteindelijke doel van Similes is zichzelf overbodig te maken eenmaal het maatschappelijk beeld danig geëvolueerd is.

Impact op het gezin

Is zeer groot is wanneer er iemand is met een psychische aandoening. Door het bestaande taboe of door zelfbescherming kan een gezin in isolement belanden. “Je hebt medelijden, maar je lijdt ook mee. Ieder binnen het gezin heeft zijn eigen lijden”. Je rol als partner, mantelzorger, broer of zus, KOPP-kind (Kind van een Ouder met Psychische Problemen), ... in je gezin verandert. Familiebanden komen onder druk te staan door de aanwezigheid van een psychische problematiek. Een gezin komt in een onzekere situatie terecht. Daarbij moet rekening gehouden worden met de draagkracht van elk gezin. Die draagkracht kent ook haar grenzen.

Similes als herstelorganisatie met focus op familie

Wat is herstel eigenlijk? Genezen is vaak niet mogelijk voor iemand met een psychische kwetsbaarheid. De kunst is te leren leven met de beperkingen. Focussen op “wat kan nog wel?”. De mogelijkheden en de krachten van de persoon worden zoveel mogelijk aangesproken. Het gaat om een persoonlijk proces dat in fasen verloopt. Het gaat over levenskwaliteit en zingeving. **Familie maakt zelf ook een herstelproces door.** Zij maken een rouw- en aanvaardingsproces door dat vaak een leven lang duurt. Manu Keirse benoemt dit als “levend verlies”. **De herstelvisie is een belangrijke mentaliteitswijziging binnen de GGZ.**

Het empoweren van familie...

Gezinnen hebben vaak al veel meegemaakt vooraleer ze de juiste weg naar hulp vinden. Familieleden terug in hun kracht zetten, hen terug zelfvertrouwen geven, hen empoweren is de belangrijkste missie van Similes.

Hun werking is gebaseerd op vier pijlers: informatie/ontmoeting/vorming/ontspanning

Ervaring leert Similes dat de stap naar groepsgesprekken vaak te groot is als eerste stap. Een-op-een lukt beter. Met de **luisterlijn** ([Over de luisterlijn](#)) speelt Similes in op deze nood. Zo verstrekken ze al informatie waar mensen hulp kunnen vinden, welke groepen of activiteiten er bestaan en bieden ze alvast een eerste luisterend oor.

Informatie. Degelijke informatie over ziektebeelden en andere thema's die met psychiatrie te maken hebben helpt het taboe afbrokkelen.

De **infoavonden** worden regionaal georganiseerd waarbij er beroep kan gedaan worden op de federatie voor meer ondersteuning. Het aanbod van activiteiten staat op de website van Similes ([Activiteiten Similes](#)). Met de verschillende filters kan er gezocht worden naar specifieke activiteiten. Momenteel gaan de meeste activiteiten door als webinar (=lezing, workshop, presentatie via het internet). Ook via een **nieuwsbrief** en een **driemaandelijks magazine** verspreidt Similes informatie.

De **infomomenten staan open voor iedereen**, gezien de missie van Similes om de familiegerichte visie breed maatschappelijk te verspreiden.

Ontmoeting: De gespreksmomenten zijn enkel voor naastbetrokkenen en lotgenoten. De **gespreksgroepen** zijn momenten waar familieleden, naasten en lotgenoten hun ervaringen kunnen

delen en leren van elkaar. Er is ruimte voor hun eigen herstelproces. Hier kunnen ze begrip en troost vinden, hier kunnen ze herkenning en erkenning vinden. De gespreksgroepen zijn thematisch ingericht (partners, KOPP/KOAP/ouders/betrokkenen psychose/betrokkenen borderline/betrokkenen euthanasie bij ondraaglijk psychisch lijden.....).

Vorming : Via onze vormingen leren families beter omgaan met de situatie: thema's die aan bod komen in ons vormingsaanbod:

- mensen wegwijs maken in de doolhof die de geestelijke gezondheidszorg vaak is....
- Ook **communicatie** krijgt veel aandacht. Hoe communiceren met je naaste die een psychische aandoening heeft, met je andere gezinsleden, met de hulpverlening, met de buitenwereld om zo het netwerk te vergroten, hoe omgaan met het stigma en het taboe.
- Vorming rond juridische thema's: bewindvoering/erfrecht...

ontspanning. Er worden tal van activiteiten georganiseerd zoals wandelingen, museumbezoek, film- of theatervoorstelling, trefdag voor de familie...

Wie zorgt praat mee...

Similes wil de Dialoog in de GGZ implementeren = samenspraak tussen cliënt, hulpverlener en familie. Similes was nauw betrokken bij de ontwikkeling van **de samenspraakfiche**. Deze fiche helpt de ervaringen en verwachtingen van de verschillende partijen bespreekbaar maken om zo de zorg goed op elkaar af te stemmen. Meer Info en downloaden van deze fiche kan op www.mantelzorgers.be

Familevertegenwoordigers nemen het familieperspectief mee naar overlegtafels in de netwerken en in allerhande werkgroepen ook op federaal niveau.

Similes sensibiliseert hulpverlening en beïnvloedt het beleid.

Een P.Z. of een dienst kan sinds 2020 een adviestraject aanvragen van een 5-tal keren. In dit traject onderzoeken organisaties aan de hand van een zelfscan hun huidig familiebeleid. Dit op voorwaarde dat het **adviestraject** (via een ziekenhuis) gesubsidieerd wordt door de Federale Overheidsdienst.

Samenwerking Similes-Vonkel

Het thema euthanasie kwam in een stroomversnelling bij Similes enerzijds door een ouderpaar dat in Gent, Kortrijk en Zottegem een getuigenis bracht en anderszijds door een theaterlezing "Emily such fun" in november 2020, gevolgd door gespreksmomenten online in december 2020 en februari 2021.

Mails vanuit Vonkel en Similes in het voorjaar 2020 kruisten elkaar op hetzelfde moment. De tijd was rijp voor een samenwerking en **om de vielen op elkaar af te stemmen.**

Er is maatschappelijk nog steeds nood aan informatie over euthanasie en het onderwerp moet nog meer bespreekbaar worden. Met deze samenwerking is er volgens Similes en Vonkel een goed evenwicht tussen informatie en verwerking. **Vonkel kan door dit partnerschap lotgenoten doorverwijzen naar Similes.** Op de activiteiten zijn **beide organisaties vertegenwoordigd**. Er zal een vrijwilliger aanwezig zijn van Vonkel (niet iemand van het medische team) om informatie te geven. Vrijwilligers van Vonkel sporen mensen aan om de doorverwijzing vanuit Vonkel te vermelden. De **samenwerking mag zichtbaar zijn**. Voor Similes is de doelgroep breed: **familie, vrienden, hulpverleners die dicht bij iemand staan met een euthanasievraag waarbij de aanvraag lopende is of on hold staat of die al overleden is met behulp van euthanasie.**

Vonkel kan doorverwijzen naar de nieuwsbrief of het contactformulier op de [website van Similes](#). ([Contacteer ons, Similes](#)).

Interessante weblinks

- [Getuigenissen Similes](#)
- [Similes algemeen](#)
- Activiteit Similes: [Lotgenotencontact voor naastbetrokkenen over euthanasie bij ondraaglijk psychisch lijden](#) (afgelopen)

Volledige weblinks

- Te Gek!?: <https://www.tegek.be/>
- Similes: <https://nl.similes.be/>
- Over de luisterlijn, Similes: <https://nl.similes.be/geestelijk-gezondheidszorg/over-de-luisterlijn>
- Activiteiten, Similes: <https://activiteiten.similes.be/activiteiten/activiteiten>
- Contact, Similes : <https://nl.similes.be/contact>
- Getuigenissen, Similes: <https://nl.similes.be/getuigenissen>
- Afgelopen activiteit lotgenotencontact: [https://activiteiten.similes.be/activiteiten/activiteit-detail/184/lotgenotencontact-voor-naastbetrokkenen-over-euthanasie-bij-ondraaglijk-psychisch-lijden-\(online\)](https://activiteiten.similes.be/activiteiten/activiteit-detail/184/lotgenotencontact-voor-naastbetrokkenen-over-euthanasie-bij-ondraaglijk-psychisch-lijden-(online))
- <https://activiteiten.similes.be/activiteiten/activiteit-detail/250/kennismaking-met-vonkel-een-luisterend-huis#.YD6x1mhKjIU>
- [https://activiteiten.similes.be/activiteiten/activiteit-detail/268/lotgenotencontact-over-euthanasie-bij-ondraaglijk-psychisch-lijden-\(online-reeks\)#.YD6zbGhKjIU](https://activiteiten.similes.be/activiteiten/activiteit-detail/268/lotgenotencontact-over-euthanasie-bij-ondraaglijk-psychisch-lijden-(online-reeks)#.YD6zbGhKjIU)