



“Laten wij bij Reakt lief zijn voor elkaar”

“Deze baan wordt iedere week leuker”, zegt Christien Veldink. Zij is sinds 1 september 2020 de nieuwe directeur van Reakt. Zij solliciteerde naar deze functie, omdat zij toe was aan een nieuwe stap in haar leven. Wie is zij? Welke ideeën heeft zij voor Reakt en hoe ziet zij de rol van de cliëntenraad?

Christien Veldink is moeder van een enthousiaste zoon van zes jaar, die de ene week bij haar en de andere week bij zijn vader woont. Samen met haar zoon heeft zij verschillende huisdieren, zoals wandelende takken. Ze studeerde verpleegkunde, medische antropologie en heeft een MBA. In 2013 startte zij als leidinggevende in de verslavingszorg bij Antes. Ook werkte ze als projectleider via NGO's in de GGZ in Afrikaanse landen, zoals Siërra Leone. “Daar zag ik hoe belangrijk het is om familie en vrienden van patiënten bij de zorg te betrekken. Helaas gebeurt dat in Nederland nog te weinig. Daarom is het mijn wens om bij Reakt meer mensen uit het sociale systeem van de cliënt te betrekken.”

Springplank

“Het herstel van de cliënt staat centraal bij Reakt”, zegt Christien. “We gaan daarbij uit van het holisme en kijken naar de complete mens met een geest, ziel en lichaam. Daarbij gebruiken we het model van ‘positieve gezondheid’. Reakt richt zich altijd al op het helpen ontwikkelen van cliënten. Dat blijft zo. Sommige cliënten zien dagbesteding bij Reakt als een eindstation, waarna ze niet verder kunnen. Reakt wil cliënten graag helpen als ‘springplank naar andere mogelijkheden’. In die ontwikkeling staan cliënten

niet alleen. Begeleiders kunnen daarbij helpen en meedenken door welke grotere of kleinere stappen de cliënten kunnen groeien.”

Kleine stapjes

“We zorgen ervoor dat cliënten steeds opnieuw kleine stapjes kunnen zetten, zodat zij weer in zichzelf gaan geloven”, legt Christien uit. “De ‘bouwstenen’ van Reakt helpen hierbij. In die bouwstenen is alle aanbod van Reakt overzichtelijk terug te vinden. Bijvoorbeeld sport, werkprojecten, individuele begeleiding en cursussen. Cliënten vinden dit alles in de Reakt-app. Hier staat ook veel nieuws over Reakt. De IOS-versie hiervan is gratis te downloaden via de app-store. De Android-versie is verkrijgbaar via Google Play Store. Helaas weet nog niet iedereen de Reakt-app te vinden. Als je wilt kun je daar hulp bij krijgen via je begeleider.”

Christien vindt het belangrijk dat Reakt een actieve cliëntenraad heeft, die meedenkt en gevraagd en ongevraagd advies geeft. “Daarvoor is goed overleg nodig met managers en directie. In die overleggen kan de cliëntenraad aangeven wat voor de gezamenlijke cliënten bij Reakt belangrijk is.”

lees verder op pagina 2

Voorwoord

Een jaar lang wordt ons leven nu al beheerst door het coronavirus. Juist door alle beperkingen blijkt hoe belangrijk de dagbesteding is. Elkaar ontmoeten. Meedoen aan activiteiten. We missen het allemaal. Gelukkig wordt er nu druk ingeënt, zodat we hopelijk snel onze vrijheid terugkrijgen. Maar ook de inenting roept vragen op. In dit nummer lees je hoe je jezelf goed kunt informeren. Ook maak je kennis met onze nieuwe directeur en lees je over activiteiten die wel doorgaan in coronatijd.

Heb jij een onderwerp voor een van de volgende nummers? Laat het ons weten via clienraad@reakt.nl of benader een van de cliëntenraadsleden op de locatie waar je regelmatig komt.



Doorpakken

Over het belang van goede dagbesteding in coronatijd zegt ze: “Juist door de coronamaatregelen is voor de samenleving duidelijker geworden hoe belangrijk een goede dagbesteding is. Dagbesteding voorkomt dat mensen terugvallen. Het is van belang dat dit beeld bij de overheid blijft bestaan. Nu is het tijd om door te pakken.”

In een enquête onder jongeren over dagbesteding sprak één zin Christien bijzonder aan: ‘Ik mis een plek waar ik gezien word en waar ik gemist word als ik er niet ben.’ “Reakt moet een plaats zijn waar iedere cliënt zich welkom en veilig voelt”, vindt ze. “Daar hebben ook cliënten een verantwoordelijkheid in. Laten wij bij Reakt lief zijn voor elkaar.”



Reakt moet een plaats zijn waar iedere cliënt zich welkom en veilig voelt.

“Wij ondersteunen de cliëntenraadsleden”

De cliëntenraden van Reakt hun werk laten doen; opkomen voor de algemene belangen van de cliënten. Dat is simpel gezegd de taak van Anneke Heijdra en Karin Neve. Maar zo eenvoudig als het klinkt, is het in de praktijk niet. Beide coach/ondersteuners staan los van de organisatie en ondersteunen de raadsleden. De cliëntenraden nemen de beslissingen.

“Wij zijn onafhankelijk”, benadrukken Anneke en Karin. “Wij zijn in dienst van de Parnassiagroep en maken zelf geen deel uit van de organisatie van Reakt. Dat is voor medewerkers binnen Reakt wel eens verwarrend. Wij signaleren ontwikkelingen binnen en buiten de organisatie die van invloed kunnen zijn op de cliënten van Reakt. Dit leggen wij dan aan de cliëntenraden voor. Zij bepalen zelf of ze er iets mee willen. Voor ons is het belangrijk om onze eigen mening buiten beschouwing te laten. Soms is onze persoonlijke mening anders dan de raad beslist. Het gaat ons erom het denkproces en de ontwikkeling van de cliëntenraadsleden te stimuleren, zodat de raad zijn werk zo goed mogelijk kan doen.”

Ongevraagd advies

Anneke is betrokken bij de Reakt Centrale Cliëntenraad en drie regionale cliëntenraden. Karin ondersteunt de regionale cliëntenraad in Noord-Holland. “We proberen de leden ervan bewust te maken dat ze er recht op hebben om mee te denken met directie en management”, legt Karin uit. “Bijvoorbeeld

toen er locaties sloten vanwege de coronapandemie. Veel cliënten zijn afhankelijk van de vergoeding die zij krijgen voor hun bijdrage binnen Reakt. Wij wezen erop dat de cliëntenraad de directie ongevraagd advies kan geven. In gesprekken met de Reakt Centrale Cliëntenraad en de directeur is toen gekeken wat er mogelijk was. Dat leidde tot een compensatie en tot de mogelijkheid om in bepaalde gevallen vanuit huis te werken.”

Coachen

“Wij bereiden de vergaderingen van de cliëntenraden voor met de voorzitters”, vertelt Anneke. “Welke onderwerpen zijn er? Wat willen zij op de agenda en hoe kun je de tijd goed verdelen? Wij stellen geen prioriteiten, maar helpen met de structuur. Ook stellen wij vragen om de voorzitters zelf aan het denken te zetten. Waarom willen zij iets behandelen? Wat willen zij ermee bereiken? Is er voldoende informatie? Tijdens de vergaderingen letten we

erop dat iedereen aan bod komt. Soms spreken we met iemand buiten de vergadering. Hoe kun je ervoor zorgen dat je beter gehoord wordt? Wat zou je anders kunnen doen? Daarin hebben wij een coachende rol. Uiteindelijk is het aan de cliëntenraad zelf om het op te lossen als dingen niet lekker lopen.”

Blij

De beide coach/ondersteuners doen eigenlijk te veel om op te noemen. Soms ondersteunen zij bij het opstellen van brieven. Dan weer organiseren zij trainingen voor de raadsleden. “De cliëntenraden laten weten dat zij blij zijn met onze ondersteuning. Het is het mooiste als wij zien hoe de cliëntenraadsleden groeien. Bijvoorbeeld als iemand door onze ondersteuning stappen zet in zijn ontwikkeling. Als iemand zijn rol binnen de cliëntenraad op een manier vervult die bij hem en de situatie past. Maar het belangrijkste is dat de raad de stem van de cliënt goed kan laten horen.”



Karin Neve

Anneke Heijdra

“Zorg goed voor jezelf en elkaar”

Door corona zijn we letterlijk verder van elkaar verwijderd. Daardoor kun je het gevoel krijgen verder van elkaar te staan. Juist nu is het belangrijk om actief te blijven en zingeving te vinden. Daarom organiseert Reakt Purmerend zoveel mogelijk activiteiten op locatie. Het aanbod is afgestemd op de wens van cliënten.

Uit het cliënttevredenheidsonderzoek bleek dat er behoefte was aan meer creatieve cursussen. Daarom startte een workshop glasschilderen. Ook kunnen cliënten gewoon binnenlopen bij het creatief Atelier en is er het Inloopatelier, waar je je voor moet opgeven. Dit is een samenwerkingsproject van Cultuurhuis Wherelant en Reakt. Docenten van Wherelant geven lessen in diverse technieken, zoals glas in lood, schilderen en keramiek. Het Coachingsatelier is een samenwerkingsproject dat aan gevorderde GGZ-kunstenaars een tweejarig leerwerktraject biedt. Regelmatig verschijnt een nieuwsbrief met alle activiteiten, waarin ook aandacht is voor de mensen. Cliënten kunnen zelf stukjes insturen, zoals een oproep, gedicht of kort verhaal.

Contact houden

Cliënten zijn altijd erg blij als ze naar Reakt Purmerend kunnen komen. Bijna alle activiteiten lopen goed. Er zijn zelfs wachtlijsten. Door corona moet er 1,5 meter afstand gehouden worden. Daardoor kunnen bij een enkele activiteit per keer minder

deelnemers meedoen. Om toch contact te houden met cliënten die niet naar Reakt kunnen komen, bellen de teamleden hen regelmatig op of gaan ze bij hen thuis langs om bijvoorbeeld samen te wandelen.

Houtbewerking

Een activiteit die gelukkig wel kan doorgaan is de houtbewerking. Er wordt gezaagd, geschuurd, gelachen en geverfd. Een van de succesnummers is het maken van buurtkastjes, waarbij producten worden geruild of gedoneerd. Met de Buurtkastjes draagt Stichting SoGoed bij aan een betere toekomst. Eén van de cliënten vertelt: “Ik kom hier al ruim drie jaar. Iedere dag stap ik op de fiets en ben ik blij dat ik hier terecht kan. Ik ontmoet mensen, leer dingen van en aan anderen. Zonder de werkplaats zat ik nu eenzaam en alleen thuis.”

Veerkracht

Fleur Bolink van Reakt Purmerend vertelt: “Gelukkig zien we veel veerkracht. Ook bij de mensen die nu thuiszitten. Ze ontdekken dat ze kunnen tuinieren, klussen en creatieve activiteiten kunnen doen. Dit geeft voldoening en zingeving aan hun dag. Soms komen ze hier zelf op, maar het kan ook dat we ze daar een beetje bij helpen. In deze tijd is hier veel behoefte aan. Gelukkig is de band tussen de groepsgenoten groot. Het onderwerp ‘corona’ komt regelmatig aan bod. Het gaat dan vaak over de eenzaamheid, de vragen en de spanningen die het oproept. Dat zijn belangrijke zaken om te kunnen



Ik kom hier al ruim drie jaar. Iedere dag stap ik op de fiets en ben ik blij dat ik hier terecht kan.



delen. In de zingevingsgroep praten we hierover. Ook staan er andere onderwerpen op de agenda, zoals omgaan met je diagnose, compassie en ontspanning. Elke bijeenkomst heeft een ander thema. Er worden regelmatig tips gedeeld om deze tijd zo positief mogelijk door te komen. “Onze wens is dat we elkaar na corona weer allemaal kunnen zien en dat we onbekommerd alle activiteiten kunnen hervatten.” Door corona moesten we bijvoorbeeld de zanglessen en het zwemmen schrappen. Onze deelnemers vertellen ons dat ze deze activiteiten en elkaar erg missen.” Fleur sluit af met: “Houd moed, houd vol, zorg goed voor jezelf en voor elkaar!”

LENTETERRAS MAART CORONA

Mijn moeder zei altijd over het weer in ons land: “Wij maken zomaar vier jaargetijden mee in een week.” Lente, zomer, herfst, winter. Nu zijn we in de lente, maar nog maar enkele weken geleden hadden we het over een Elfstedentocht. Ostara was in de oude Germaanse wereld de godin van de lente, het licht. Het Duitse Ostern, het Engelse Eastern doet aan die naam denken. De grote paasvuren verwijzen met het vele licht naar het begin van het jaar. Er is zeker verband met de feestvuren op oudejaarsavond. Met het licht begint het opnieuw. Laten we hopen dat dat licht nu ook een teken is van een nieuwe tijd zonder corona. We zien uit naar het nieuwe licht zonder dat bedreigende virus. Nieuwe mogelijkheden. Buiten in het licht en de zon op een terras. Wat hebben we dat gemist. Samen genieten van vriendschap en buiten zijn. Wat is dat heerlijk. We zien uit naar het eind van die nare coronaperiode. Laten we genieten van wat ons ten deel valt.

Fijne lente. Veel warmte en geluk. BB

Coronavaccin; waar vind je antwoord op je vragen?

Al een jaar hebben we te maken met veel beperkingen door het coronavirus. Gelukkig biedt het vaccinatieprogramma licht aan het einde van de tunnel. Maar is het vaccin wel veilig? Wat zijn eigenlijk de risico's en kun je je beter wel of niet laten vaccineren? Cliëntenraadsleden van Reakt krijgen deze vragen regelmatig van cliënten.

Om te bepalen of je je laat vaccineren, heb je betrouwbare informatie nodig. In dit artikel lees je waar je die vindt.

Filmpjes

Het woord 'vaccin' betekent: 'een vloeistof waarmee je wordt ingeënt om te voorkomen dat je ziek wordt.' Bijvoorbeeld de jaarlijkse griepvaccinatie en het coronavaccin. De Universiteit van Nederland zette enkele filmpjes op de website www.universiteitvanederland.nl over het coronavaccin.

Hierin wordt met duidelijke afbeeldingen en zonder ingewikkelde woorden uitgelegd wat dit vaccin doet. Een van die filmpjes staat ook op de website van het Dovenschap met vertolking in Nederlandse gebarentaal NGT: www.dovenschap.nl/universiteit-van-nederland-coronavaccin-ngt.

Praktische vragen

De coronavaccinatie is gratis en vrijwillig. Alle volwassenen die in de Basisregistratie Personen van de overheid staan ingeschreven, kunnen in Nederland een vaccin krijgen. Ook arbeidsmigranten. Op de website van de Rijksoverheid staat een speciale pagina waarop 29 praktische vragen over het coronavaccin worden beantwoord; www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/coronavirus-vaccinatie/vraag-en-antwoord.

Juiste informatie

Via Reakt worden geen vaccinaties gegeven. De begeleiders van Reakt houden zich namelijk niet bezig met medische zorg, maar met dagbesteding. Volgens Jan Luijben, manager van Reakt in Noord-Holland kunnen begeleiders van Reakt cliënten wel op weg helpen. "Zij kunnen ondersteunen bij het vinden van de juiste informatie. Bijvoorbeeld op websites van RIVM, GGD, of Parnassia Groep. Cliënten van Reakt die opgenomen zijn via een van de andere zorgbedrijven van de Parnassia Groep, ontvangen via die organisatie een bericht over de vaccinaties." De ambulante cliënten horen via hun huisarts of de GGD wanneer zij aan de beurt zijn om te worden ingeënt. Zij ontvangen hierover een brief. Op de website www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/coronavirus-vaccinatie/vraag-en-antwoord/phishing waarschuwt de overheid voor nep e-mails.

Wil je liever telefonisch antwoord op je vraag?

Vanaf vrijdag 28 februari kan iedereen met vragen over het coronavirus terecht bij het publieksinformatienummer **0800 1351** (Rijksoverheid).



Colofon

Deze nieuwsbrief is een uitgave voor de cliënten van Reakt. Reakt is onderdeel van de Parnassia Groep. De nieuwsbrief verschijnt vier keer per jaar digitaal en op papier. Deze wordt per e-mail verspreid en op de website reakt.nl gepubliceerd.

Redactie nieuwsbrief cliëntenraden
Reakt
Zijtocht 2, 1507 CD Zaandam

Contactadres cliëntenraden
clienraad@reakt.nl

Telefonisch spreekuur
cliëntenraden
Maandag en donderdag van
14.00-15.00 uur. Buiten deze tijden
kun je de voicemail inspreken.

- Noord-Holland:
Karin Neve 06 10 82 48 46
- Overige regio's:
Ruud Dorlas 06 12 79 63 26 en
Anneke Heijdra 06 51 71 78 89.

Redactie
Ruud Dorlas, AbdilKarim Douiri,
Karin Neve, Pascale Warners

Tekst
AbdilKarim Douiri, Ruud Dorlas, Karin
Neve, Pascale Warners, Ben Bakker

Beeld
Danny Steggerda

Vormgeving
Idexfy Vormgeving en Communicatie

Reakt
Monsterseweg 93
2553 RJ Den Haag
T 088 357 76 00