



# Samen werken aan herstel

Informatie voor  
familie en naasten



## Welkom bij GGz Breburg

Als familie of directe naaste van iemand met een psychiatrische kwetsbaarheid maakt u veel mee. Waarschijnlijk heeft u vragen, zoals:

- Waar vind ik de juiste hulp voor mijn naaste?
- Waar vind ik tips en steun voor mijzelf?
- Hoe vind ik de juiste personen en hulp binnen GGz Breburg?
- Hoe kan ik betrokken blijven bij de zorg?

In deze folder vindt u de mogelijkheden die GGz Breburg of andere organisaties u bieden.

## Eerste aanspreekpunt

Een goed contact met de behandelaar of het team van uw naaste, is belangrijk. Als uw naaste akkoord is, kunt u meekomen naar de eerste intake of kennismaking. In dat gesprek wordt besproken hoe u verder contact met elkaar gaat onderhouden.

Tijdens de behandeling of zorg zijn er ook specifieke momenten waarop naasten worden betrokken, bijvoorbeeld tijdens een evaluatie of een behandelplangesprek. Helaas vinden niet alle cliënten het prettig dat familie of naasten betrokken worden bij de zorg. Soms maken zij de keuze iemand anders te betrekken of betrekken er liever niemand bij. We kunnen ons voorstellen dat dit voor u lastig is, maar houden ons aan dit verzoek van de cliënt. Wel vragen wij geregeld aan de cliënt of deze mening veranderd is. Wanneer dat het geval is, nemen we alsnog contact met u op.

Uw steun, zowel moreel als praktisch, kan immers een belangrijke bijdrage leveren aan het herstelproces van uw naaste. Net zoals het u kan steunen wanneer u door contacten met zorgverleners en uw naaste kunt volgen hoe de behandeling verloopt. Daarnaast is het ook van belang dat uw relatie hersteld wordt zodat u ook weer 'gewoon' broer, zus, ouder, partner, kind of vriend kunt zijn. Om het contact goed te laten verlopen, helpt het ons wanneer u aangeeft wat u daar zelf voor nodig heeft.

## Steun voor uzelf

Het is moeilijk om iemand lief te hebben die met psychische problemen kampt. U maakt zich zorgen, kunt vermoeid of wanhopig raken, en komt minder aan uzelf toe. Wij raden u aan om deze gevoelens serieus te nemen en om tijdig hulp en steun te regelen.

### Waar kunt u terecht?

- Familie ervaringsdeskundige: een aantal teams beschikt over een Familie ervaringsdeskundige waarmee u individuele gesprekken kunt voeren. Vraag na bij de behandelaar van uw naaste of dat voor uw situatie geldt.
- Familievertrouwenspersoon: de familievertrouwenspersoon kunt u benaderen voor individuele gesprekken. Ook bemiddelen zij waar nodig in de contacten met de behandelaar of een zorgteam. Als u klachten heeft over de zorg die wij bieden, kunnen zij u ondersteunen. U vindt hen via <https://www.ggzbreburg.nl/diensten/ondersteuning-voor-naasten-familie/>

- FAMEUS is het centrum voor herstel- en ervaringsdeskundigheid van GGz Breburg. Zij bieden niet alleen cursussen aan voor cliënten, maar ook voor familie en naasten. Op hun site vindt u meer informatie en hun agenda.  
Zie <https://centrum-fameus.nl/>
- Ook vanuit onze Mentale Gezondheidscentra bieden we cursussen voor familie en naasten.  
Zie <https://www.ggzbreburg.nl/centra/mentaal-gezondheidscentrum/>
- MIND Ypsilon: deze organisatie is een naastenvereniging en staat los van de GGz. Ypsilon steunt, adviseert, informeert en vertegenwoordigt familieleden en naasten van mensen met psychosegevoeligheid. Dit doen zij zowel voor leden als voor niet-leden. U vindt per regio een contactpersoon bij u in de buurt. Zie <https://www.ypsilon.org/>

“We beloven iedereen die een beroep op ons doet, dat we samen de weg zoeken, vanuit alle complexiteit, naar een situatie die je weer aan kunt. Van te groot naar klein genoeg. Zodat jij je leven de baas blijft”

### Contact

Tel.: 088 - 016 16 16

[info@ggzbreburg.nl](mailto:info@ggzbreburg.nl)

[www.ggzbreburg.nl](http://www.ggzbreburg.nl)