

# DE PIRAMIDE

Jaargang 1, nummer 2, 1e kwartaal 2017

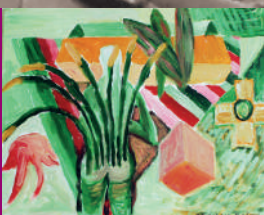
**'JA MAAR, WAT ALS  
ALLES WERKT'**

**HENNY EN ED**

**'Ed is een  
luisterend  
oor voor mij'**



**DE SCHILDERIJEN  
VAN NANNY**



**WAARDERING  
EN BALANS**

'De Piramide' is een uitgave van:



**GGz Breburg & Impact**

# DE PIRAMIDE

De Piramide is een nieuwsblad voor cliënten, naasten en medewerkers van Zorggroep Impact.

De Piramide verschijnt ieder kwartaal. In deze nieuwsbrief geven we tekst en uitleg over veranderingen binnen Zorggroep Impact van GGZ Breburg en delen we ervaringen. En dat niet in één richting: graag horen we ook uw mening of verhaal. Om die reden is dit blad gekoppeld aan een website, waarbinnen u ook onmiddellijk kunt reageren:

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

Want alleen samen komen we ergens, is ons idee. In de triade van cliënt, naasten en hulpverlener. Bij een piramide denken we aan een driehoek. De Dikke Van Dale helpt ons uit die droom. Over de Piramide staat daarin:

**pi•ra•mi•de** (de; v; meervoud: *piramiden*, *piramides*)

1 vierzijdig, spits toelopend grafgebouw van de farao's

2 (meetkunde) lichaam met een drie- of meerzijdig grondvlak en driehoekige zijvlakken die in één punt samenkomen

Een piramide is driezijdig, vierzijdig, meerzijdig. Daarmee is ons nieuwsblad een medium waaraan ook anderen een belangrijke bijdrage kunnen leveren. Dat is heel mooi voor dit deels papieren en deels digitale nieuwsmedium. Naast twee actuele onderwerpen leest u ook altijd een interview met mensen die op een bepaalde manier elkaar tot steun zijn of inspireren. Daarnaast hebben we tal van andere vaste rubrieken. Wilt u reageren, zelf een artikel schrijven, meedoen aan een interview, kijk dan op de website of stuur een reactie naar ons e-mailadres. ●

## Colofon

### Redactie de Piramide:

John Jongejan (cliëntervaringsdeskundige)

Niek van Haasteren (familie-ervaringsdeskundige)

Hans Storm (kwartiermaker)

Suzanne Oord (cliëntondersteuner)

Addy Bakx (levensverhalenschrijver)

Marij de Roos (beleidsmedewerker)

Henny van Dalen (redactielid)

E-mail: [depiramide@ggzbreburg.nl](mailto:depiramide@ggzbreburg.nl)

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

Vormgeving: Jesse Musson/administratieproject Breda

**Jaargang 1, nummer 2, 1e kwartaal 2017**





Rubriek

# De Boekenplank

Suzanne Oord

## Titel:

## Geen einde aan het leven Einde aan de pijn

**Praten helpt als suïcidepreventie**  
*Clëntenraad GGz Breburg*

Suïcide moet meer uit de taboesfeer komen. Die overtuiging was voor de cliëntenraad GGz Breburg aanleiding om – samen met anderen – op zoek te gaan naar een manier om suïcide en gedachten daarover bij een breder publiek onder de aandacht te brengen. Want over dit onderwerp praten is belangrijk, vooral vanuit het oogpunt van preventie. En het is moeilijk, maar niet onmogelijk.

De zoektocht leidde uiteindelijk tot dit boek. Vanuit zeer uiteenlopende perspectieven wordt hierin naar suïcide en suïcidepreventie gekeken. Er komen persoonlijke ervaringen aan bod van mensen die een poging tot zelfdoding deden. Maar ook ervaringen van hulpverleners, naasten en getuigen. Het boek biedt daarnaast praktische suggesties hoe om te gaan met suïcidale gedachten,

met praten over suïcide en het bieden van hulp – opnieuw vanuit verschillende perspectieven.

Met de opbrengst van dit boekje wil de cliëntenraad graag mogelijk maken dat er een dergelijk boekje gemaakt wordt over suïcide bij jongeren. Want ook daar is grote behoefte aan. Er is nog een wereld te winnen! ●

Zie ook: <https://www.113.nl/ervaring/simone>



**Te bestellen bij:**

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

**kosten 15,- verzendkosten €3,-**



**Dat zou het mooiste zijn, dat over twee jaar alles werkt: dat cliënten een mooie plek hebben in de maatschappij. Dat zij op die plek kunnen werken en leren, dankzij de slag die onze begeleiders hebben gemaakt om cliënten vanuit de instelling naar die plek te begeleiden.**

Dit is de wens van Esther van de Poll, manager en Marcella Paulussen, trajectbegeleider Werken & Leren. Om een idee te krijgen hoe zo'n plek eruit kan zien, heeft Esther een rondleiding georganiseerd. Bram Smits, accountmanager van de ATEA groep, laat ons kennismaken met verschillende afdelingen op zijn bedrijf. ATEA is een van de partners van Werken & Leren. Bij dit bedrijf kunnen GGz-cliënten in een relatief beschermde omgeving aan het werk. Bram vertelt dat 'zijn' medewerkers het fijn vinden om te werken. Zo te zien is dat ook het geval. Een medewerker vertelt spontaan hoeveel instrumentjes voor watertoevoer naar plantjes hij heeft ingepakt.

De Participatiewet daagt mensen uit weer te gaan participeren in de maatschappij. We leven in een maatschappij waarin 'meedoen' belangrijk is en dat je zelf kunt bijdragen. Werken of anderszins actief zijn kan daarnaast ook een belangrijk aspect zijn in je herstel, zo blijkt uit diverse onderzoeken. Werken & Leren heeft voor participatie een ontwikkelpad gemaakt. Het doel is dat zoveel

mogelijk mensen naar vermogen (betaald) werk vinden en behouden. Participeren naar vermogen is hierbij het uitgangspunt. Cliënten worden gemotiveerd om te kijken naar wat ze als burger in de wijk kunnen doen. Dat verplicht hen om uit hun vertrouwde omgeving te stappen en een nieuwe uitdaging aan te gaan. Soms is dat best lastig. Voor de buitenwereld is de GGz een gesloten bolwerk. Wij moeten anders gaan denken, van binnen naar buiten, zodat we plekken vinden die passen bij cliënten.

De trajectbegeleider helpt cliënten om te zoeken naar een juiste plek in de maatschappij. Daar zijn legio mogelijkheden voor. Een cliënt kan bijvoorbeeld op de Molenley vaardigheden trainen die hij of zij nodig heeft om naar een nieuwe plek bij een maatschappelijke instelling of bedrijf te gaan. Werken & Leren blijft bestaan, maar op een andere manier. In de toekomst wordt nog maar minimaal gewerkt vanaf locaties van GGz Breburg, zoals bijvoorbeeld de Molenley. Veel meer activiteiten gaan naar de wijk of zijn er al naartoe gegaan. Er wordt veel meer gekeken naar de cliënt als burger met mogelijkheden. Naar wat cliënten voor anderen kunnen betekenen en waardoor je je kunt ontwikkelen.

Neem bijvoorbeeld verzorgingstehuis De Hazelaar in Tilburg. Hier zijn cliënten gaan werken als vrijwilliger en er kunnen nog meer mensen geplaatst worden. Marcella is bezig om



contacten te leggen met instellingen als Thebe, Stichting Elisabeth en Ruitersbos in Breda om daar ook vrijwilligersplekken te regelen. Dat kan individueel of in groepsverband. Zij vertelt: “Er is heel veel vraag naar vrijwilligers bij deze instellingen en veel cliënten vinden het leuk om vrijwilligerswerk te doen, nieuwe collega’s en contacten te krijgen, weer andere verhalen te horen. Zo gaat iemand die nu achter het buffet op de Molenley werkt, datzelfde werk bij Sint Elisabeth doen”. Een andere omgeving kan veel gezonde impulsen geven.

### **“Veel cliënten vinden het leuk om vrijwilligerswerk te doen.”**

Voordat er veranderingen komen, zorgen we eerst dat het nieuwe er is. Daarna wordt het contact met de Molenley pas afgebouwd. Er wordt naar vermogen iets voor iemand gezocht, zodat diegene niet stukloopt. Tot je iets nieuws hebt en gewend bent geraakt op een nieuwe (werk)plek kun je op de Molenley terugvallen.

Iedere burger kan bij de gemeente een Wmo-

indicatie voor dagbesteding aanvragen en mag die dagbesteding zelf invullen op elke plek waarvan hij denkt dat het hem helpt. Cliënten maken hierin zelf hun keuzes en worden daarin steeds kritischer. Dat is goed en gezond. Wij moeten er voor zorgen dat we iets goeds te bieden hebben.

In Breda zijn er vier locaties van De Aanloop. Dit zijn inloopcentra in de wijk waar iedere burger welkom is en waar we meer activiteiten willen gaan ontwikkelen; activiteiten om te doen maar vooral ook om te leren om je eigen talenten te ontplooiën. Onze wens is dat dit voor iedereen betaalbaar is. De eigen bijdrage die aan de gemeente betaald moet worden vormt voor mensen in een aantal gevallen een struikelblok. Daarover zijn we in gesprek met de gemeenten. Cliënten die veelal nog op de eigen locaties van Werken & Leren komen, moeten nog wennen om naar andere plekken in de wijk te gaan, zoals naar de aanlooppunten, maar ook naar andere wijkvoorzieningen en bedrijven. Volgens Esther en Marcella zijn dit mooie plekken, midden in de samenleving, waar cliënten met hun talenten tot hun recht komen. Daar gaan zij voor! ●



## Artikel

# Ontdek jouw talenten in een veilige omgeving

**Centrum FAMEUS is een centrum voor herstel en ervaringsdeskundigheid in de regio Midden- en West-Brabant. We hebben twee steunpunten: in Breda en in Tilburg.**

Mensen met een achtergrond in de psychiatrie krijgen hier de kans samen met anderen te werken aan herstel, ontwikkeling en ontplooiing. Een belangrijke doelstelling vormt daarbij 'eigen regie'. Zo kun je werken aan eigen kracht, zelfwaarde en vaardigheden om te kunnen groeien. Dat gaat natuurlijk niet vanzelf. Voor regie over je leven is eigen initiatief vereist en moet je zelf verantwoordelijkheid nemen. Daarbij kun je geholpen worden met de juiste zorg en ondersteuning. Om zodoende eigen fysieke, sociale en emotionele uitdagingen aan te gaan.

Veel medewerkers van FAMEUS (betaald of vrijwillig) zijn wel te spreken over hun werkkring. Een van hen stelt: "FAMEUS is een veilige omgeving waar ik mezelf weer opnieuw heb leren kennen en mezelf heb kunnen ontwikkelen, samen met geweldige collega's."

Een andere collega vult aan: "Bij FAMEUS heb ik mogen ontdekken wat mijn krachten, kwaliteiten en talenten zijn. Op die plek mag ik daar meer vertrouwen in gaan krijgen en mag ik die kwaliteiten nu ook verder laten groeien."

Weer een andere medewerker zegt: "Het is fijn werken bij FAMEUS en we hebben toffe collega's. Bij problemen staat iedereen voor je klaar en helpen ze je als ze dat kunnen."

### LeS-lokaal

FAMEUS zit niet stil en is bij verschillende leuke nieuwe initiatieven betrokken. Een daarvan is LeS-lokaal (LeS staat voor Leren en Samen doen), waarbij FAMEUS samenwerkt met SMO Traverse en SMO Breda. Het bijzondere van LeS-lokaal is dat daar niet alleen lessen worden aangeboden (want dat gebeurt al op zo veel plekken), maar we elkaar op een inspirerende manier in onze kracht

willen zetten. Voor mensen met een kwetsbare sociale positie (zoals mensen met een uitkering of ex-psychiatrische patiënten) vormt LeS-lokaal een veilige en vertrouwde plek. Centraal staan persoonlijke ontwikkeling, contact en plezier. Een plek waar je student bent (zonder vooroordelen of diagnose) en kunt ervaren hoe leuk het kan zijn om te leren. Dat kan je een enorme stimulans geven en het geloof in jezelf teruggeven. Docenten zijn vrijwilligers die het leuk vinden om les te geven. Het lesprogramma wordt steeds voor drie maanden samengesteld; suggesties voor nieuwe onderdelen zijn altijd welkom.

LeS-lokaal startte eind 2015 in Tilburg, op de locatie Haydnstraat 260 (in het gebouw van Werken en Leren in Tilburg-Noord). In de periode januari-maart 2017 bestaat het programma uit vijf onderdelen: Spaans, tekenen en schilderen, geschiedenis en religie, biologisch tuinieren (bij Ut Rooie Bietje) en een workshop djembé (Afrikaanse trommel).

Begin 2016 startte LeS-lokaal ook bij FAMEUS Breda (Liniestraat 19). In de periode januari-maart 2017 staan hier acht activiteiten op het programma. Nieuw zijn een groep 'hardlopen voor beginners' en een workshop 'Als je me echt zou kennen', gericht op het verleggen van je grenzen en het uit je comfortzone komen. Verder zijn er creatieve groepen (een tekenclub en een groep papiermozaïek), praktische groepen ('Wat is herstel?', 'Sociale vaardigheden en assertiviteit' en 'Solliciteren met een kwetsbaarheid') en een bezinningsgroep.

Tot slot is in januari 2017 ook in Etten-Leur (locatie: Concordialaan 131) een LeS-lokaal actief. In de periode januari-maart staan hier twee onderdelen op het programma: 'Beter Nederlands' (gericht op het verbeteren van lees- en schrijfvaardigheid) en 'Sociale vaardigheden en assertiviteit'.

Loop gerust eens binnen of kijk voor de volledige programma's en tijden op onze website [www.centrum-fameus.nl](http://www.centrum-fameus.nl)



Rubriek

# Prikkel(d)raad

## De Accu

Het leven heeft mij leeg gezogen  
Mijn accu is op  
En mijn bladeren en wortels staan uit te drogen  
Ik heb honger en dorst  
Mijn batterij moet opgeladen worden  
De kachel zit zonder hout  
Overall lege glazen en lege borden  
Het is hier zo koud  
Geen sigaretten  
De stoppen zijn gesprongen  
Buiten valt de regen neer  
Heb ook nog steeds geen geld gevonden  
Ga dan maar weer op bed liggen  
Ik weet dat lost niks op, maar ik ben zo moe  
Beweeg me als een oude man door het huis van de stilte  
Zou graag weer energie hebben en een doel  
Kruip tussen de lakens en de dekens  
Hoe heeft het zover kunnen komen?  
In deze halfdode toestand. Zie ik op de muren rare tekens  
Over mijn wangen blijken tranen te stromen  
Ze voelen bitter en koud aan  
Zou dit mijn laatste nacht zijn?  
Ben ondertussen aan het rillen en bibberen gegaan  
Hoop dat ik niet ten onder ga aan deze pijn  
Voel me verlaten  
Zie naast mij op de vloer een sigaret en een aansteker  
Kan mijn geluk niet op, ben in alle euforische staten  
Steek de sigaret op en drink wat water uit een beker  
Ik denk bij mezelf, moet morgen opnieuw beginnen  
Gewoon dag bij dag  
Kan nog zoveel bereiken, bij dit idee raak ik uitzinnig  
Nu is de sigaret op  
Er zijn er niet meer  
Krijg weer last van angsten  
Mijn stemmingen gaan heen en weer  
De wekker loopt plotseling af  
Kwart over zeven  
Het is een nieuwe dag  
Voel weer wat energie stromen in mijn leven  
Ik hervind langzaam de kracht  
Moet ik voorzichtig aan opnieuw beginnen  
Sla de dekens van me af  
Ik besluit twijfelachtig  
Ik zal op deze dag het positieve keerpunt terug vinden

**John Jongejan**



Rubriek

# Wie steunt mij?

## Een warme vriendschapsband

**Op een grijze rustige najaarsdag heb ik een afspraak met Henny van Dalen en Ed Haagh.**

Henny en Ed hebben elkaar ruim dertien jaar geleden leren kennen op de Molenley in Breda. Ze namen deel aan een activiteit die als doel had om mensen met eenzelfde belangstelling bij elkaar te brengen. Henny belde daarna Ed met de vraag om samen een keer naar een terrasje te gaan. En zo is het gekomen. Ed vertelt dat hun liefdesrelatie anderhalf jaar geleden is omgezet in een vriendschapsrelatie. Hun relatie is heel veel waard. Ze vertellen mij dat ze op zondagochtend samen gaan lunchen in de stad en

daarna nog even naar een café gaan. Favoriete plekken zijn De Beyerd, koffie-fietszaak Kamu en Tante Betsy.

Henny: “We hebben samen voor Ed’s dementerende vader gezorgd, tot aan zijn overlijden. Dat was loodzwaar. Ed’s vader was al 7 jaar in een verzorgingstehuis. Voorheen had hij thuiszorg. We hebben de huisarts onder druk gezet om hem opgenomen te krijgen”. Ed: “Mijn vader stierf nét niet in onze armen. Ik heb vreselijk gehuild. Henny betekende op dat moment zóveel voor mij. Mijn vader is bediend. Vanuit het verzorgingstehuis kwam de vraag of we dat wilden. In het tehuis ging hij weleens naar een kerkdienst. We hebben ja gezegd. »



« Het was heel bijzonder om de bediening van mijn vader mee te maken. We merkten dat hij reageerde op wat er gebeurde. De pijn werd minder en we zagen aan zijn bewegingen dat hij reageerde op de wijwaterkwast. Het was emotioneel om dat samen met Henny mee te maken”.

Henny: “De overeenkomst tussen Ed en mij is dat we allebei geen afscheid hebben kunnen nemen van onze moeders op het moment van hun overlijden. Mijn moeder heeft vaak tegen mij gezegd: ‘Als ik plotseling dood ben, moet je maar denken: ze is goed af. Je mag verdriet hebben, maar zet je schouders eronder. Wij zijn goed met elkaar’. Daar moet ik vaak aan denken.”

De moeder van Ed overleed onverwacht op een woensdagavond nadat ze een paar dagen in coma had gelegen. Uit een test was gebleken dat ze al hersendood was. Henny en Ed vonden steun bij elkaar nadat hun moeders waren gestorven.

Ed heeft het idee dat hij wat meer op Henny leunt dan omgekeerd. Hij zou absoluut in een gat vallen als hij haar zou moeten missen. Hij heeft wel vrienden, maar die wonen vrij ver weg. Die ziet hij niet iedere week, maar slechts zo nu en dan. Het zal voor Henny heel

verdrietig zijn als Ed er niet meer zou zijn. “Ed is een luisterend oor voor mij. Als ik iets vertel waar ik mee zit of wat me dwars zit, dan luistert hij. Ed betaalt voor mij als we ergens uit lunchen gaan. Hij neemt mij mee uit. We zijn ook op vakantie geweest in Thailand en in Haarlem in een zorghotel. Ed had een erfenis gekregen van zijn vader.

**“Het is heel lief dat hij voor mij betaalt.”**

Ed roept bij Henny haar verzorgende kant naar boven. Zij zorgt voor praktische zaken, checkt af en toe Ed's e-mail, geeft zijn afspraken door. Zij heeft ervoor gezorgd dat Ed huishoudelijke hulp kreeg. Henny moedigt Ed aan om te blijven dammen en bridgen, twee belangrijke zaken in zijn leven. Ed: “Toen we een relatie kregen, heb ik gezegd: ‘ik geef het dammen niet op’. Dat hoeft ook niet.

Henny: “We hebben nooit samengewoond, altijd een LAT-relatie gehad. We gaan voor onze vriendschap”. En dat is nog altijd zo. Terwijl ik afscheid neem, spreken Henny en Ed af samen nog wat na te praten in De Beyerd.



## Artikel

# Waardering en balans



**Op een frisse, open maandagochtend ontmoeten we Rick in een gezellig grand café.**

Rick is niet zijn echte naam maar, zo legt hij uit: “Ik wil de periode van de GGz achter me kunnen laten. Bovendien heb ik eerder ervaren hoe mensen al googelend op interviews van de ggz kwamen. Ik voel dan toch een zekere mate van stigma. Mensen hebben meteen een beeld in hun hoofd en gaan anders kijken. Ook mijn eigen schaamte speelt parten daarbij. Ik wil daarom graag anoniem aan dit interview meewerken”.

## Geen blad voor de mond

Rick neemt overigens verder, zo merken we, geen blad voor de mond. Hij vertelt open over zijn leven en welzijn. We willen hem vooral spreken over zijn werk en wat dat voor hem betekent. Maar eerst iets over zijn achtergrond. “Ik ben altijd heel actief geweest, werkte veel en stapte overal enthousiast in. Dat brak me op en in 2004 ging het ernstig mis. Vooral door de combinatie van meerdere banen met onregelmatige uren (veel in de nacht) en veel alcohol. Een zware psychose was het gevolg. Het

ging slecht met me, maar telkens herstelde ik wel redelijk snel na een crisis.” Rick vertelt dat hij in die tijd alles kwijt raakte. Huis, baan, relatie en vooral veel zelfvertrouwen. “Je raakt je hele identiteit kwijt”, zo vat hij samen.

Dat hij toch een ommekeer heeft gevonden heeft volgens eigen zeggen met een dosis geluk te maken, maar ook heel veel met zijn eigen doorzettingsvermogen, zo is onze indruk. “Ik had het geluk dat niets doen niet in mijn bloed zit. Thuis zitten vind ik niets. Ook had ik steun van mensen om me heen zoals mijn begeleider, mijn familie, mijn vriendin, DAE en zeker ook de werkgroep Herstel.”

## Positiever zelfbeeld

Stap voor stap heeft Rick zijn weg terug (of eerder voorwaarts) afgelegd. Via enkele uren bij arbeidsprojecten, naar enkele dagen vrijwillig aan het werk, tot nu full time in een betaalde baan als chauffeur. “Stap voor stap nam ik mijn leven weer in handen. Bij elke stap voelde ik meer waardering en kon ik een positiever zelfbeeld opbouwen.” Rick herkent het gevoel dat je er helemaal niet meer in gelooft nog heel goed. “Telkens kost het weer moeite om een stap te zetten. Je net elke keer daaroverheen zetten, is de kunst. Uiteindelijk moet je het zelf doen en kansen die je krijgt aangrijpen.

Uiterlijke en innerlijke balans is daarbij voor mij belangrijk. Zo hangt er aan mijn spiegel een lijst met 15 leefregels waar ik me aan wil houden. Bijvoorbeeld: Ik kijk naar positieve eigenschappen van mezelf en van de ander – of – Ik hou me aan de afspraken die ik met mezelf maak. Daarnaast volg ik momenteel een training over de G5 sleutel. Hierbij wordt gebruikt gemaakt van de vijf G's: Gebeurtenis, Gedachten, Gevoelens, Gedrag en Gevolg.” Maar ook noemt Rick het belang van structuur aanbrengen in je leven en de waardering van betaald werk. Hij vindt het een goede zaak als mensen aan de gang blijven met werk en leven in de maatschappij en dat juist die blik naar buiten hem zelf zo heeft geholpen.

Ondanks de steun die hij zeker ook van hulpverleners heeft ervaren vindt Rick dat zij mensen veel te veel uit handen nemen. Laat mensen meer zelf doen is zijn advies en steun hen daarbij, maar neem het niet over.



### Tot slot

Wanneer we hem tot slot vragen hoe hij naar de toekomst kijkt, is het verrassende antwoord: "Ik heb geleerd in korte termijnen te denken. Ik concentreer me op wat ik nu doe; mijn werk, sporten, salsadansen, de G5 training. Ik laat me begeleiden door Indigo, om te zorgen dat ik de balans die ik nodig heb vasthoud. Ooit wil ik vertegenwoordiger worden, maar voor nu concentreer ik me op mijn persoonlijke ontwikkeling."

Bedankt Rick, voor dit openhartig interview waarin je ons kernachtig en met de nodige humor een inkijkje gaf in jouw leven.

Voor alle duidelijkheid: Rick is niet de bestuurder van de vrachtwagen hiernaast, maar zou 'm zeker in balans weten te houden. ●



Rubriek

## Het kunstwerk van ...

Nanny van Loon





## Nog meer lezen?

Aan dit kleurrijke nieuwsbulletin is ook een webpagina verbonden met nog meer verhalen, gedichten en kunstwerken:

<https://www.ggzbreburg.nl/depiramide>

Persoonlijke verhalen (op papier of in beeld), prachtige gedichten en kunst vormen een belangrijk onderdeel van deze webpagina. Door verhalen begrijpen we onszelf en de ander telkens een beetje meer.

Wil je meer lezen, reageren of zelf iets insturen? Bezoek dan deze pagina.

Bekijk bijvoorbeeld het prachtige verhaal van Ineke Huisjes waarin zij vertelt hoe het denken in beeldtaal haar hielp haar dochttertje beter te begrijpen. Ze schrijft daar over: "Ik realiseerde mij op dat moment nog niet wat de oorzaak was van deze gedragsverandering: het feit dat ik een sprookje had gekozen om iets bij Marjanna te bereiken. Inmiddels weet ik dat dat een heel goede manier is om toegang te krijgen tot de geest en het denkpatroon van kinderen als mijn dochter. Het communiceren in beeldtaal!"

Kleurrijk hebben we ons eerste nummer en de website in december 2016 gelanceerd en aangeboden aan de directie, cliënt- en familievertegenwoordigers.

### Gedicht

Ziek zijn is vaak zwaar.  
Ik voel me dikwijls naar.  
Weet soms geen raad met mijn verdriet.  
Ik zie het positieve niet.  
Mensen kijken me soms aan met een blik van nijd.  
Ze zeggen soms, waarom ga je niet aan de arbeid.  
Werken zou ik graag doen.  
Het verdienen van mijn eigen poen.  
Ik kan me hier ook op verkijken.  
Werken hoeft een leven niet altijd te verrijken.  
Ik aanvaardde andermans hulp.  
Kroop weer uit mijn schulp.  
Het sleutelwoord bleek accepteren.  
Mezelf allerlei trucjes leren.  
Sterk te staan in dit leven.  
Dit een ander ook meegeven.  
Mijn zelfvertrouwen weer vergroten.  
Ik heb immers ook vaak genoten.  
Vertrouwende op mijn eigen kracht.  
Hebben deze kwaliteiten me  
naar het hier en nu gebracht.

**Henny van Dalen**



### Voel je vrij om...

... ook zelf een artikel voor  
dit blad in te sturen.

Of laat je interviewen als je  
iets wilt delen. Ons mailadres is:  
**[depiramide@ggzbreburg.nl](mailto:depiramide@ggzbreburg.nl)**

### Loena Tic

'Loena wil graag meedoen'

