

België-Belgique

P.B.·P.P.

B · 43


sterk in verbondenheid

vereniging van en voor familieleden en vrienden van personen met psychische problemen

activiteiten najaar 2008

overzicht van ons aanbod

Infomomenten
Gespreksbijeenkomsten
Praatcafé
Rondetafelgesprekken
Workshops
Cursusreeksen
Uitstappen
Ontmoetingsdagen
Studiedagen en –weekends

Oost-Vlaanderen
lid worden kan door storting van 15 euro per jaar

Colofon

Similes is een vereniging van en voor familieleden en vrienden van personen met psychische problemen

Federatie Similes • secretariaat

Groeneweg 151, 3001 Heverlee

Tel 016 232382

Fax 070 427131

similes@scarlet.be | www.similes.be

rekeningnummer 001-1073007-69

Openingsuren

maandag tot vrijdag van 9u00 tot 17u00

Similes kantoor Oost- en West Vlaanderen

Oude Abdij, Drongenplein 26, 9031

Drongen

similes.oostvlaanderen@skynet.be

similes.westvlaanderen@skynet.be

Provinciaal Steunpunt Limburg

Stadsomvaart 9 (kelderverdieping),

3500 Hasselt

Tel en fax 011 220565

similes.limburg@similes.org

Openingsuren

maandag en vrijdag van 14u00 tot 16u00

woensdag van 10u00 tot 12u00

tijdens schoolvakanties:

woensdag van 11u00 tot 15u00

Regionaal Secretariaat Antwerpen

Stationstraat 60-62, 2300 Turnhout

Tel 014 414624

similes.turnhout@skynet.be

Openingsuren

maandag en vrijdag van 13u00 tot 16u00

woensdag van 20u00 tot 22u00

De contactgegevens van onze

Inhoud

Onze activiteiten.....	3
Similes.....	4
Uitwaaiweekend.....	5
Studiedag over geneesmiddelen in de geestelijke gezondheidszorg.....	5
Schizofrenie - Tien jaar na de eerste consensusconferentie	6
Pedagogische workshop voor scholen.....	6
Geïnterneerden in beeld aan het woord – Fototentoonstelling.....	7
Publieksdag Geestelijke Gezondheid.....	7
Te Gek!? on Tour.....	8
Minfulness aandachtstraining.....	9
Bewust ouder worden.....	9
Familiewerking PC Zoete Nood Gods te Lede.....	9
Similes Aalst regionaal.....	10
Similes Oudenaarde – Vlaamse Ardennen regionaal.....	10
Similes Oudenaarde – Vlaamse Ardennen reg • inforeeks depressie ...	11
Similes Eeklo – Meetjesland regionaal.....	12
Similes Dr. Guislain Gent.....	12
Similes Waas en Dender regionaal.....	13
Similes Gent regionaal.....	14
Post Scriptum.....	15
Borderline Training – Samen zoeken naar balans.....	16
Similes Partnergroep Oost- en West-Vlaanderen.....	17
Overzicht activiteiten.....	18
Contactgegevens.....	19

onze activiteiten

STUDIEDAGEN

Onze **studiedagen** staan open **voor iedereen**.

Familieleden, personen met psychische problemen, vrienden, collega's, studenten, hulpverleners, leerkrachten, autochtone of allochtone medeburgers en alle geïnteresseerden kunnen steeds deelnemen aan onze studiedagen.

Jaarlijks worden landelijke en provinciale studiedagen georganiseerd rond diverse thema's: ziektebeelden, juridische thema's, aandacht voor specifieke groepen zoals KOPP, kinderpsychiatrie, crisis in het gezin.

Een persoonlijk onthaal, persoonlijke getuigenissen en de ontmoetingskansen maken deze studiedagen zeer karakteristiek.

CURSUSREEKSEN

INFOMOMENTEN

GESPREK EN ONTMOETING

praatcafé
gespreksbijeenkomst
rondetafelgesprek
film en video

Onze **cursusreeksen** staan open **voor iedereen**. Tenzij anders vermeld, **kunnen familieleden, personen met psychische problemen, vrienden, collega's, studenten, hulpverleners, leerkrachten, autochtone of allochtone medeburgers en alle geïnteresseerden steeds deelnemen aan onze cursusreeksen.**

Met de cursusreeksen biedt Similes informatie over thema's die vele en diverse aspecten omvatten en precies daarom om verdere uitdieping vragen.

Onze informatiebijeenkomsten staan open **voor iedereen**. **Familieleden, personen met psychische problemen, vrienden, collega's, studenten, hulpverleners, leerkrachten, autochtone of allochtone medeburgers en alle geïnteresseerden kunnen steeds deelnemen aan onze infomomenten.**

Informatie...want weten verhoogt de kans op juister handelen.

Onze **gespreksbijeenkomsten** zijn **enkel voor familieleden** en vrienden van personen met psychische problemen. Familieleden geven zelf aan dat ze deze vorm van veiligheid nodig hebben om openlijk hun verhaal te kunnen doen. Ontmoeting en wederzijdse ondersteuning staan centraal. Begeleiding gebeurt door vrijwilligers en/of educatieve medewerkers van Similes.

De geschiedenis van Similes leert ons dat de uitwisseling van ervaringen tussen lotgenoten nog steeds een belangrijke bron van steun is in het leren omgaan met moeilijke levensomstandigheden en met steeds veranderende situaties.

Precies om het lotgenotencontact nog meer kansen te geven is het aanbod van gespreksbijeenkomsten verruimd met een nieuw initiatief.

Het **praatcafé** wordt hét forum bij uitstek voor lotgenotencontact, voor alle familiebetrokkenen, in een gezellige sfeer.

De klassieke **gespreksbijeenkomsten** van al onze kringen blijven op het programma staan. Vanuit een specifieke vorm van familiebetrokkenheid zijn er de gespreksbijeenkomsten voor ouders, partners, broers en zussen, kinderen van ouders met psychische problemen, nabestaanden na zelfdoding.

Ook vanuit de regionale Simileskringen en de ziekenhuiskringen wordt een gevarieerd programma aangeboden.

Aan de hand van **rondetafelgesprekken** worden belangrijke thema's met deskundigen bespreekbaar gemaakt. Een moderator stimuleert de vragen en discussies om zo veel mogelijk aspecten van het thema aan bod te laten komen.





Similes, dé stem in Vlaanderen van en voor familieleden van personen met psychische problemen

Similes is een Vlaamse pluralistische familievereniging die opgericht werd in 1972.

De werking van de vereniging is verspreid over heel Vlaanderen.

Similes richt zich naar familieleden van personen met een psychische problematiek en naar iedereen die zich op één of andere manier betrokken voelt bij deze thematiek.

De werking van Similes is gebaseerd op vier pijlers:

Informatie over alles wat te maken heeft met psychische aandoeningen en zorg. Dit aanbod staat open voor iedereen.

Lotgenotencontact voor familieleden en vrienden - ouders, partners, kinderen van, broers of zussen - van personen met psychische problemen, en voor nabestaanden na zelfdoding.

Deze ontmoetingsbijeenkomsten zijn enkel en alleen bedoeld voor familiebetrokkenen, zodat in een veilige omgeving ervaringen kunnen worden uitgewisseld.

Vorming over diverse thema's die te maken hebben met psychische problemen.

Ontspanning aan de hand van activiteiten waar ontmoeting centraal staat.

Nieuw is de Similes vakantiewoning in het Limburgse Rotem. De luxe gezinswoning is het hele jaar door beschikbaar aan democratische huurprijzen! (voor meer info, bel Gudula Verheyden op 016 244201 en vraag onze folder).



Mensen kunnen terecht op de activiteiten van de plaatselijke afdelingen. Elke afdeling wordt gerund door vrijwilligers.

Similes organiseert ook studiedagen, publiceert brochures en boeken over ziektebeelden en over alle mogelijke aspecten en gevolgen van psychisch ziek zijn voor de familieleden. Similes geeft ook een driemaandelijks tijdschrift uit en verspreidt informatie via de website.

Mensen met juridische of administratieve vragen kunnen terecht bij de medewerkers van Similes in de kantoren van Heverlee en Drongen.

Similes neemt het op voor de gezinnen met een persoon die psychische problemen heeft. De vereniging verdedigt de belangen van deze gezinnen bij verschillende overheden en ijvert voor een betere kwaliteit van zorg. Similes bestrijdt het stigma en taboe dat nog steeds rust op thema's van geestelijke gezondheid op personen met psychische problemen én op hun gezin.

Om met een krachtige stem te kunnen spreken en door te wegen op het beleid is het belangrijk dat de duizenden betrokken familieleden van zich laten horen. Dat kan via Similes. Word daarom lid van Similes en steun de vereniging om actie te voeren in het belang van deze gezinnen.

Je ontvangt dan vier keer per jaar het tijdschrift en wordt via onze programmabrochure op de hoogte gehouden van al onze activiteiten. Leden krijgen ook korting op onze activiteiten en boeken.

Lid worden kan door storting van 15 euro per jaar op het rekeningnummer van een plaatselijke afdeling.

Een overzicht van al onze afdelingen in de provincie Limburg, Simileskringen genaamd, vind je achteraan in deze brochure.

Nationale dag Dementie

Zondag 21 september
Gent

Dag van de geestelijke gezondheid

Thema: Geestelijke gezondheidszorg in de stad - Ontspanning en ontmoeting

Zaterdag 11 oktober
Sint-Niklaas

→ Locatie infostand Similes Waas en Dender: Zigzag, Dalstraat 27, 9100 Sint-Niklaas

DC De Vlaschaard – Gent

Nieuwe reeks!

Mindfulness: zie jezelf in mildheid

Maandag 22 september

Maandag 29 september

Maandag 6 oktober

Maandag 13 oktober

Praktische informatie

Aanvang Van 14u00 tot 16u00
Plaats DC De Vlaschaard, Jubileumlaan 219, 9000 Gent
Inschrijving Bij DC De Vlaschaard ▪ tel 09 2669344 ▪ ldc.de.vlaschaard@ocmwgent.be
Info DC De Vlaschaard ▪ tel 09 2669344 ▪ ldc.de.vlaschaard@ocmwgent.be
Diederik Thuyn, vormingsmedewerker Similes ▪ tel 09 2168802 ▪ diederik.thuyn@skynet.be

DC De Horizon – Gent

Mindfulness of aandachtstraining

Dinsdag 18 november

Praktische informatie

Aanvang Van 14u30 tot 16u30
Plaats De Horizon, Lousbergkaai 12, 9000 Gent
Inschrijving Bij De Horizon ▪ tel 09 269 08 95 ▪ ldc.de.horizon@ocmwgent.be
Info De Horizon ▪ tel 09 269 08 95 ▪ ldc.de.horizon@ocmwgent.be
Diederik Thuyn, vormingsmedewerker Similes ▪ tel 09 2168802 ▪ diederik.thuyn@skynet.be

Similes Aalst regionaal

Contactpersoon

Geert Daem, voorzitter Similes Aalst regionaal ▪ tel 054 322902 ▪ similes.regio.aalst@scarlet.be

2 Infomomenten rond depressie deze infomomenten staan open voor alle geïnteresseerden

Maandag 24 november

Inforeeks • deel 1 • Depressie, meer dan depri

Dat depressie méér is dan *een tijdelijke dip*, daarover bestaat geen twijfel. Maar waar zit precies het verschil? Hoe haal je blues en depressie uit elkaar?

Bij een depressie is er een gebrek aan functioneren op alle niveaus van het leven, zowel privé, als professioneel, sociaal als individueel. Het sombere gevoel is niet meer in proportie met mogelijk uitlokkende factoren. De *drive* is weg, wat inhoudt dat de patiënt als het ware een verdoofd leven leidt, weinig ontvankelijk is voor prikkels, niet meer in staat is om te genieten en zijn normale levensritme loslaat. Een belangrijke bekommernis blijft het voorkomen of op zijn minst tijdig en doeltreffend behandelen van deze ernstige aandoening...

Wat is een depressie? Welke zijn de verschillende soorten depressie?

Depressie bij verschillende leeftijdsgroepen (kinderen-jongeren-volwassenen).

Wat zijn de risico's, het verloop en de behandeling?

Gastspreker *Stefan Van Ouvre, lector Arteveldehogeschool Departement sociaal werk*

Woensdag 10 december

Inforeeks • deel 2 • Samenleven met iemand met een depressie

Hoe ga je er mee om en waar kan je terecht voor advies en steun?

Wie een depressie doormaakt en kan terugvallen op een dragende omgeving heeft meer kans om uit zijn depressie te geraken dan wie er alleen voorstaat. Maar laten we niet vergeten dat ook de draagkracht van deze omgeving niet onbeperkt is, en dat zij ook nood kan hebben aan extra ondersteuning....

Wat is belangrijk in *het omgaan met*? Hoe zorg je ervoor dat je zelf niet depressief wordt?

Zelfzorg is van kapitaal belang! Waar kan je als betrokkene terecht voor ondersteuning en begeleiding? Depressie pak je samen aan, niet alleen met de onmiddellijke omgeving maar in samenwerking met professionele diensten.

Gastspreker *Bart Van Craeynest, psycholoog/psychotherapeut psychiatrische thuiszorg Lotus CGGZ Lede*

G. Verschueren, referentiewerker psychiatrische thuiszorg CM

E. Van Langenhove, CAW – zorg CM

Praktische informatie

Aanvang

19u30

Plaats

CC De Werf, Molenstraat 51, 9300 Aalst

Deelnameprijs

Gratis

Inschrijving

Is gewenst bij dienst Projecten & Beweging CM Midden-Vlaanderen • tel 09 2675735 projecten.beweging.mvl@cm.be

Info

Geert Daem, voorzitter Similes Aalst regionaal
tel 054 322902 ▪ similes.regio.aalst@scarlet.be

Een initiatief van CM Midden-Vlaanderen in samenwerking met Similes Aalst regionaal

Similes Oudenaarde – Vlaamse Ardennen regionaal

Contactpersoon

Josette Monsieus, coördinator Similes Oost-Vlaanderen • tel 09 2168801 • similes.oostvlaanderen@skynet.be

Woensdag 17 september

Infomoment • Jongeren met problemen: high/stoned... of psychisch ziek?

Over de vage grens tussen moeilijk en problematisch gedrag. Is het moeilijke gedrag van sommige jongeren te wijten aan de puberleeftijd of schuilt er een psychisch probleem onder? Wanneer is het nodig om hulp in te schakelen? Of waait het wel over en moeten we gewoon geduld hebben? Ook het cannabisgebruik blijkt niet altijd zo onschuldig te zijn.

Gastspreeker *Joris Cracco, afdelingshoofd RKJ De Sleutel (residentieel kortdurend Jongerenprogramma) Eeklo*

Woensdag 12 november

Rondetafelgesprek • Werken of niet-werken?

Een zinvolle dagbesteding, mogelijkheden van vrijwilligerswerk

Een panelgesprek met iemand van een zorgboerderij, iemand van het dagcentrum van het psychiatrisch ziekenhuis van Velzeke, iemand van arbeidstrajectbegeleiding (ATB).

Waar kan je psychisch ziek familielid overdag terecht? Een echte job is vaak te stresserend. Dan kan er gezocht worden naar een zinvolle dagbesteding op maat. Want overdag bezig zijn, geeft structuur, biedt kansen tot sociale contacten en het maakt het leven kwaliteitsvoller.

Gastspreekers *Karine Van Dessel, Arbeidstrajectbegeleiding
Medewerker van het dagcentrum PZ Sint-Franciscus, Velzeke
Medewerker van een zorgboerderij*

Woensdag 28 januari 2009

Filmcafé - Ontmoetingsavond

Eén keer per jaar schikken we de tafels anders, zetten we een kaarsje extra en zorgen we voor sfeervolle verlichting. Nog een nieuwjaarsdrankje en een hartige knabbel bij de hand en ons filmcafé is klaar om jullie te ontvangen. We hopen jullie te mogen begroeten!

Deuren open vanaf 19u00. De film start om 19u30.

Film He loves me, he loves me not...

Een film die opent met bossen rode rozen met als stralende middelpunt het blij gezicht van Audrey Tautou (cfr. Amélie Poulin). Angélique, een studente en kunstenares, is smoorverliefd op Loïc, een getrouwde cardioloog wiens vrouw zwanger is. Het schattige meisje blijkt een duistere kant te hebben. Halfweg de film wordt hetzelfde verhaal opnieuw verteld: dezelfde gebeurtenissen vanuit het leven en het gezichtspunt van de cardioloog bekeken. Het verhaal neemt een onthutsende en verrassende wending. Het gedrag van Angélique heeft verstrekkende gevolgen.

Praktische informatie

Aanvang

Van 19u30 tot 21u45

Plaats

Gezondheidshuis De Wouw, St. Walburgastraat 11, 9700 Oudenaarde

Deelnameprijs

3,00 euro voor leden van Similes • drankje inbegrepen
5,00 euro voor niet-leden • drankje inbegrepen

Inschrijving

Is gewenst bij Gudula Verheyden • tel 016 244201 • gudula.verheyden@chello.be

Info

Josette Monsieus, coördinator Similes Oost-Vlaanderen • tel 09 2168801
similes.oostvlaanderen@skynet.be

Similes Eeklo - Meetjesland regionaal

Contactpersoon

Josette Monsieus, coördinator Similes Oost-Vlaanderen • tel 09 2168801 • similes.oostvlaanderen@skynet.be

2 Infomomenten rond depressie deze infomomenten staan open voor alle geïnteresseerden

Donderdag 16 oktober **Inforeeks • deel 1 • Depressie, meer dan depri**

Dat depressie méér is dan *een tijdelijke dip*, daarover bestaat geen twijfel. Maar waar zit precies het verschil? Hoe haal je blues en depressie uit elkaar?

Bij een depressie is er een gebrek aan functioneren op alle niveaus van het leven, zowel privé, als professioneel, sociaal als individueel. Het sombere gevoel is niet meer in proportie met mogelijk uitlokkende factoren. De *drive* is weg, wat inhoudt dat de patiënt als het ware een verdoofd leven leidt, weinig ontvankelijk is voor prikkels, niet meer in staat is om te genieten en zijn normale levensritme loslaat. Een belangrijke bekommernis blijft het voorkomen of op zijn minst tijdig en doeltreffend behandelen van deze ernstige aandoening...

Wat is een depressie? Welke zijn de verschillende soorten depressie?

Depressie bij verschillende leeftijdsgroepen (kinderen-jongeren-volwassenen).

Wat zijn de risico's, het verloop en de behandeling?

Gast spreker *Michael Portzky, neuropsycholoog UZ Gent en St. Jan De DEO*

Maandag 3 november **Inforeeks • deel 2 • Samenleven met iemand met een depressie**

Hoe ga je er mee om en waar kan je terecht voor advies en steun?

Wie een depressie doormaakt en kan terugvallen op een dragende omgeving heeft meer kans om uit zijn depressie te geraken dan wie er alleen voorstaat. Maar laten we niet vergeten dat ook de draagkracht van deze omgeving niet onbeperkt is, en dat zij ook nood kan hebben aan extra ondersteuning....

Wat is belangrijk in *het omgaan met*? Hoe zorg je ervoor dat je zelf niet depressief wordt? Zelfzorg is van kapitaal belang! Waar kan je als betrokkene terecht voor ondersteuning en begeleiding? Depressie pak je samen aan, niet alleen met de onmiddellijke omgeving maar in samenwerking met professionele diensten.

Gast spreker *Luc Moreels, psycholoog PC St. Jan Eeklo*

G. Verschueren, referentiewerker psychiatrische thuiszorg CM

E. Van Langenhove, CAW – zorg CM

Praktische informatie

Aanvang

Van 19u30

Plaats

CM regiokantoor, Garenstraat 46, 9900 Eeklo

Deelnameprijs

Gratis

Inschrijving

Is gewenst bij dienst Projecten & Beweging CM Midden-Vlaanderen • tel 09 2675735
projecten.beweging.mvl@cm.be

Info

Josette Monsieus, coördinator Similes Oost-Vlaanderen • tel 09 2168801
similes.oostvlaanderen@skynet.be

Een initiatief van CM Midden-Vlaanderen in samenwerking met Similes Oost-Vlaanderen

Similes Dr. Guislain

Ziekenhuiskring Gent

Contactpersonen

Josette Monsieus, regiocoördinator Similes Oost-Vlaanderen • tel 09 2168801 • similes.oostvlaanderen@skynet.be
Martine De Moor, projectmedewerker Similes • tel 09 2168803 • martine-demoor@skynet.be

InFoP • Inforeeks over psychose

Woensdag 1 oktober	Module 1: Wat is een psychose? Gastspreker <i>Siska D'Hooge en Guy Blommaert, teamwerkers behandelafdeling Psychosen en Crisisinterventie</i>
Woensdag 8 oktober	Module 2: Psychose begrijpen, kwetsbaarheid-stressmodel Gastspreker <i>Gwenda Henry, psychologe</i>
Woensdag 15 oktober	Module 3: Behandeling van psychose • De rol van medicatie Gastspreker <i>Dr. Vera Opstaele, psychiater</i>
Woensdag 22 oktober	Module 4: Behandeling van psychose • De rol van andere interventies Gastspreker <i>Kristine Van De Vijver, maatschappelijk werkster Gwenda Henry, psychologe</i>

Praktische informatie

Wanneer	Van 19u30 tot 22u00 • welkom vanaf 19u00
Plaats	PC Dr. Guislain, Fr. Ferrerlaan 88 A, 9000 Gent
Deelnameprijs	<i>Deelnameprijs per persoon voor de 4 avonden</i> 10 euro voor leden van Similes 12 euro voor niet-leden <i>Gezinsprijs voor de 4 avonden</i> 14 euro voor leden van Similes 16 euro voor niet-leden
Inschrijving	Is noodzakelijk bij Gudula Verheyden • tel 016 244201 • gudula.verheyden@chello.be met vermelding van je naam, adres, telefoon en e-mail
Info	Yvan Vandenbrande, voorzitter Gent regionaal • vandenbrande.yvan@belgacom.net Marianne Claeys, ondervoorzitter Gent regionaal • marianneclaeys@hotmail.com Josette Monsieus, regiocoördinator Similes Oost-Vlaanderen • tel 09 2168801 • similes.oostvlaanderen@skynet.be

Een samenwerking tussen Similes Gent regionaal, Similes PC Dr. Guislain en PC Dr. Guislain

Zondag 14 december Een ontspannende shownamiddag met een lekker hapje!

Praktische informatie

Wanneer	Van 14u30 tot 17u00
Plaats	PC Dr. Guislain, Fr. Ferrerlaan 88 A, 9000 Gent • zaal De Meander
Deelnameprijs	2 euro voor leden van Similes 3 euro voor niet-leden
Inschrijving	Is gewenst via de receptie van PC Dr. Guislain • tel 09 2163311
Info	Martine De Moor, projectmedewerker Similes • tel 09 2168803 • martine-demoor@skynet.be

Similes Waas en Dender regionaal

Contactpersonen

Mieke • tel 03 7795066 Joris • tel 0495 820239
simileswaasendender@skynet.be • joris.dekeukelaere@skynet.be
yolanda_christiaens@pandora.be • leen.goossens@cm.be

De infoavonden en lezingen staan open voor alle geïnteresseerden

De gespreksbijeenkomsten zijn bedoeld voor familie en vrienden van personen met psychische problemen.

- Maandag 15 september** **Infomoment • Meerwaarde van persoonsgerichte bewindvoering**
Er kan een ogenblik in je leven komen dat je uw financiële, en al wat ermee te maken heeft, niet meer zelf kunt beheren. Op dat ogenblik is er professionele hulp nodig. Maar juist op dat ogenblik heb je behoefte dat dit gebeurt door iemand die nauw contact heeft met jou. Je kan dan best beroep doen op een *persoonsgerichte bewindvoerder*.
Gastspreker *Rik Albrecht, bewindvoerder Waasland*
Plaats PC Sint-Hiëronymus, Dalstraat 84, 9100 Sint-Niklaas
- Maandag 20 oktober** **Infomoment • Voorstelling van de dienst Kinder- en Jeugdpsychiatrie van het AZ Nikolaas en vroeg ouder-kind interacties, invloed op hun ontwikkeling**
Gastsprekers *Lawrance Sutherland, afdelingshoofd K-dienst*
 Dr. Peter Nordin, Kinder- en jeugdpsychiater
Plaats PC Sint-Hiëronymus, Dalstraat 84, 9100 Sint-Niklaas
- Maandag 17 november** **Infomoment • Preventie en begeleiding alcohol- en andere drugproblemen**
Gastspreker *Stefanie Haezebrouck, medewerker Delta GGZ*
Plaats PC Sint-Hiëronymus, Dalstraat 84, 9100 Sint-Niklaas
- Maandag 19 januari 2009** **Voorstelling van Willem Vermandere**
Similes Waas en Dender regionaal reserveert een beperkt aantal plaatsen voor deze prachtige voorstelling! Contacteer ons zo snel mogelijk.
Plaats Belgica in Dendermonde

Praktische informatie

Wanneer	Van 19u30
Deelnameprijs	1,25 euro voor leden van Similes 2,50 euro voor niet-leden
Inschrijving	Niet nodig
Info	Mieke • tel 03 7795066 Joris • tel 0495 820239 simileswaasendender@skynet.be • joris.dekeukelaere@skynet.be yolanda_christiaens@pandora.be • leen.goossens@cm.be www.simileswaasendender.be

Nog aanvullen/aanpassen! Van St. Lucia krijg ik dinsdag 1/07 een mail met meer informatie!

InFoP • Inforeeks over psychose

- Donderdag 11 september** **Module 1: Wat is een psychose?**
Gastspreker
- Donderdag 25 september** **Module 2: Psychose begrijpen, kwetsbaarheid-stressmodel**
Gastspreker
- Donderdag 16 oktober** **Module 3: Behandeling van psychose • De rol van medicatie**
Gastspreker
- Donderdag 13 november** **Module 4: Behandeling van psychose • De rol van andere interventies**
Gastspreker
- Donderdag 11 december** **Nabespreking**

Praktische informatie

Wanneer	Van 19u30 tot 22u00
Plaats	PC St. Lucia, Ankerstraat 91, 9100 Sint-Niklaas • zaal Skor
Deelnameprijs	???
Inschrijving	Koffie en documentatie inbegrepen
Info	Is gewenst bij Gudula Verheyden • tel 016 244201 • gudula.verheyden@chello.be Mieke • tel 03 7795066 Joris • tel 0495 820239 simileswaasendender@skynet.be • joris.dekeukelaere@skynet.be yolanda_christiaens@pandora.be • leen.goossens@cm.be www.simileswaasendender.be

Similes Gent regionaal

Contactpersoon

Yvan, voorzitter Similes Gent regionaal • tel 09 3863187 • vandenbrande.yvan@belgacom.net

2 infomomenten rond depressie deze infomomenten staan open voor alle geïnteresseerden

Woensdag 19 november

Inforeeks • deel 1 • Depressie, meer dan depri

Dat depressie méér is dan *een tijdelijke dip*, daarover bestaat geen twijfel. Maar waar zit precies het verschil? Hoe haal je blues en depressie uit elkaar?

Bij een depressie is er een gebrek aan functioneren op alle niveaus van het leven, zowel privé, als professioneel, sociaal als individueel. Het sombere gevoel is niet meer in proportie met mogelijk uitlokkende factoren. De *drive* is weg, wat inhoudt dat de patiënt als het ware een verdoofd leven leidt, weinig ontvankelijk is voor prikkels, niet meer in staat is om te genieten en zijn normale levensritme loslaat. Een belangrijke bekommernis blijft het voorkomen of op zijn minst tijdig en doeltreffend behandelen van deze ernstige aandoening...

Wat is een depressie? Welke zijn de verschillende soorten depressie?

Depressie bij verschillende leeftijdsgroepen (kinderen-jongeren-volwassenen).

Wat zijn de risico's, het verloop en de behandeling?

Gastspreker *Dr. Gunter Degraeve, psychiater PC Dr. Guislain*

Donderdag 26 november

Inforeeks • deel 2 • Samenleven met iemand met een depressie

Hoe ga je er mee om en waar kan je terecht voor advies en steun?

Wie een depressie doormaakt en kan terugvallen op een dragende omgeving heeft meer kans om uit zijn depressie te geraken dan wie er alleen voorstaat. Maar laten we niet vergeten dat ook de draagkracht van deze omgeving niet onbeperkt is, en dat zij ook nood kan hebben aan extra ondersteuning....

Wat is belangrijk in *het omgaan met*? Hoe zorg je ervoor dat je zelf niet depressief wordt?

Zelfzorg is van kapitaal belang! Waar kan je als betrokkene terecht voor ondersteuning en begeleiding? Depressie pak je samen aan, niet alleen met de onmiddellijke omgeving maar in samenwerking met professionele diensten.

Gastspreker *Ria Schoutteet, systeemtherapeute PC Dr. Guislain*

G. Verschueren, referentiewerker psychiatrische thuiszorg CM

E. Van Langenhove, CAW – zorg CM

Praktische informatie

Aanvang

Van 19u30

Plaats

Vormingscentrum PC Dr. Guislain, Fr. Ferrerlaan 88 A, 9000 Gent

Deelnameprijs

Gratis

Inschrijving

Is gewenst bij dienst Projecten & Beweging CM Midden-Vlaanderen • tel 09 2675735
projecten.beweging.mvl@cm.be

Info

Yvan • tel 09 3863187 • vandenbrande.yvan@belgacom.net

Een initiatief van CM Midden-Vlaanderen in samenwerking met Similes Gent regionaal

De infoavonden en lezingen staan open voor alle geïnteresseerden

De gespreksbijeenkomsten zijn bedoeld voor familie en vrienden van personen met psychische problemen.

Dinsdag 12 augustus

Ontspanning • Daguitstap naar Antwerpen (treinreis)

Op uitnodiging

Woensdag 24 september

Viering 25 jaar Similes Gent regionaal

Aansluitend uitgebreide receptie

Gastsprekers *Mieke Craeymeersch, directeur Federatie Similes*

Prof. Em. Dr. P. Igodt, voorzitter Federatie Similes

Prof. Dr. Ir. Jurgen Del-Favero Phd, Universiteit Antwerpen

Plaats

Feestzaal Ebergiste, Stropkaai 38a, 9000 Gent

pagina 5

Vrijdag 19 december

Kerstfeest

Op uitnodiging

Woensdag 28 januari 2009

Infomoment • Kan voeding een positieve rol vervullen bij de behandeling van psychische ziekten?

Gast spreker *Ir. Eric De Maerteleire*

Wanneer Om 19u30

Plaats 't Geuzenhuis, Kantienberg 9, 9000 Gent

Deelnemersprijs Gratis

InFoP • Inforeeks over psychose

Woensdag 1 oktober

Module 1: Wat is een psychose?

Gast spreker *Siska D'Hooge en Guy Blommaert, teamwerkers behandelafdeling Psychosen en Crisisinterventie*

Woensdag 8 oktober

Module 2: Psychose begrijpen, kwetsbaarheid-stressmodel

Gast spreker *Gwenda Henry, psychologe*

Woensdag 15 oktober

Module 3: Behandeling van psychose • De rol van medicatie

Gast spreker *Dr. Vera Opstaele, psychiater*

Woensdag 22 oktober

Module 4: Behandeling van psychose • De rol van andere interventies

Gast spreker *Kristine Van De Vijver, maatschappelijk werkster
Gwenda Henry, psychologe*

Praktische informatie

Wanneer

Van 19u30 tot 22u00 • welkom vanaf 19u00

Plaats

PC Dr. Guislain, Fr. Ferrerlaan 88 A, 9000 Gent

Deelnemersprijs

Deelnemersprijs per persoon voor de 4 avonden

10 euro voor leden van Similes

12 euro voor niet-leden

Gezinsprijs voor de 4 avonden

14 euro voor leden van Similes

16 euro voor niet-leden

Inschrijving

Is noodzakelijk bij Gudula Verheyden • tel 016 244201 • gudula.verheyden@chello.be met vermelding van je naam, adres, telefoon en e-mail

Info

Yvan Vandenbrande, voorzitter Gent regionaal • vandenbrande.yvan@belgacom.net

Marianne Claeys, ondervoorzitter Gent regionaal • marianneclaeys@hotmail.com

Josette Monsieurs, regiocoördinator Similes Oost-Vlaanderen • tel 09 2168801 •

similes.oostvlaanderen@skynet.be

Een samenwerking tussen Similes Gent regionaal, Similes PC Dr. Guislain en PC Dr. Guislain

Similes Post Scriptum

Contactpersoon

Josette Monsieurs, coördinator Similes Oost-Vlaanderen • tel 09 2168801 • similes.oostvlaanderen@skynet.be

Contactpunt voor familieleden en betrokkenen van mensen met een borderline stoornis.



Bij **borderline** is er sprake van een stoornis in het reguleren van emoties. Zij reageren sneller dan anderen met emoties die heftiger zijn en die relatief lang aanhouden. Dit maakt het leven met iemand met borderline voor naastbetrokkenen, zoals ouders, partners, broers en zussen er niet gemakkelijker op.

Zij kunnen leren omgaan met borderlinedrag door rekening te houden met deze kwetsbaarheid en door de emoties van iemand met borderline niet hoog op te laten lopen. Dit is echter gemakkelijker gezegd dan gedaan...

Naastbetrokkenen ervaren dikwijls schuldgevoelens, boosheid, medelijden, verdriet maar vooral ook angst voor wat er gaat komen.

Post Scriptum wil een ondersteunend netwerk uitbouwen voor familieleden, partners-ouders- broers en zussen, en betrokkenen van mensen met een borderline persoonlijkheidsstoornis door hen op maandelijkse gespreksavonden met elkaar in contact te brengen.

Op de avonden maken we tijd en ruimte om op verhaal te komen. We reiken handvatten aan om op een constructieve manier met een familielid met borderline om te gaan.

De gespreksavonden zijn ook bedoeld ter ondersteuning van het eigen emotioneel verwerkingsproces.

We gaan respectvol om met ieders inbreng.

Het infomoment staat open voor alle geïnteresseerden

De gespreksbijeenkomsten zijn enkel bedoeld voor familieleden en betrokkenen van mensen met borderline stoornis

Woensdag 30 juli

Ontspanning • Een zomerse avondwandeling te Drongen

We bestellen alvast bij de weergoden een zwoele zomeravond.

Het park aan de abdij is een oase van rust en heel aantrekkelijk om in rond te kuieren en te vertoeven. Hier starten we onze wandeling. Vervolgens kuieren we langs de Leie en wie weet kan de veerman ons even overzetten... Tussendoor houden we halt om van een terrasje te genieten. Een ideale manier om onze batterij even op te laden.

Wanneer

Afspraak om 19u00 aan de ingang van de abdij

Plaats

Oude abdij, Drongenplein 26, 9031 Drongen

Inschrijving

Is gewenst bij Gudula Verheyden • tel 016 244201 • gudula.verheyden@chello.be

Maandag 15 september

Gespreksbijeenkomst *Thema nog te bepalen*

Wanneer

Van 14u00 tot 16u30

Plaats

Oude abdij, Drongenplein 26, 9031 Drongen

Woensdag 5 november

Gespreksbijeenkomst *Thema nog te bepalen*

Dinsdag 16 december

Rondetafelgesprek **Een juridisch vragenuurtje**

Een interactief rondetafelgesprek met de juriste van Similes Marianne De Boodt.

Na een korte inleiding wordt ingegaan op de vragen van de deelnemers.

Vragen die aan bod kunnen komen:

Is het mogelijk iemand met psychische problemen te beschermen zonder hem te bevoogden? Wat als de relatie of het huwelijk misloopt? Kan de gezonde partner de kinderen opeisen? Hoe is de aansprakelijkheid geregeld? Kunnen ouders zich beschermen tegen schulden van hun zoon of dochter?

Plaats

Wordt later meegedeeld via de website en de uitnodiging

Praktische informatie

Wanneer

Van 19u30 tot 21u45

Plaats

Restaurant Wakame, Lostraat 32-34, 9000 Gent

zijstraat van de Koningin Elisabethlaan, vlakbij het Sint-Pietersstation

Deelnameprijs	3 euro voor leden van Similes • drank inbegrepen 5 euro voor niet-leden • drank inbegrepen
Inschrijving Info	Is gewenst bij Gudula Verheyden • tel 016 244201 • gudula.verheyden@chello.be Josette Monsieurs, coördinator Similes Oost-Vlaanderen • tel 09 2168801 similes.oostvlaanderen@skynet.be

Similes Partnergroep Oost- en West-Vlaanderen

Contactpersonen

Hilde • tel 09 3747845

Josette Monsieurs, coördinator Similes Oost-Vlaanderen • tel 09 2168801 • similes.oostvlaanderen@skynet.be

Als (*ex*)partner van heb je heel wat rollen: je bent verzorger van de zieke partner, vader en moeder tegelijk, kostwinner, je doet het huishouden, regelt alle praktische zaken, bent voor alles en iedereen verantwoordelijk, en tracht met alles en iedereen rekening te houden. Eigenlijk... een bovenmenselijke taak.

Het is geen overbodige luxe om af en toe helemaal voor jezelf te kiezen.

De ervaring leert dat het ontmoeten van lotgenoten helend en ondersteunend is.

Je wordt hartelijk uitgenodigd om deel te nemen aan onze avonden.

Maandag 29 september **Filmavond • A beautiful mind**

Meer info volgt via de uitnodiging

Het jonge wiskundig genie John Forbes Nash Jr. Ontdekt de speltheorie. Hij lijkt aan de drempel te staan van een briljante internationale carrière. Maar in volle Koude Oorlog wordt hij aan het MIT belast met het ontcijferen van geheime Sovjetcodes. Hij wordt zwaar schizofrenisch. Zijn riante toekomst verdwijnt in het niets en zijn bestaan verandert in een hel. Hij blijft echter doorzetten en met de hulp van zijn vrouw komt hij de tragedie te boven, na een uitputtende strijd. In 1994 wordt hij met de Nobelprijs bekroond.

Donderdag 23 oktober **Gespreksbijeenkomst**

Meer info volgt via de uitnodiging

Dinsdag 25 november **Gespreksbijeenkomst**

Meer info volgt via de uitnodiging

Praktische informatie

Begeleiding	Josette Monsieurs, coördinator Similes Oost-Vlaanderen
Wanneer	Van 19u30
Plaats	't Vrijhof, Bellemstraat 18, 9880 Aalter
Deelnameprijs	2,00 euro voor leden van Similes 4,00 euro niet-leden
Inschrijving	Is gewenst bij Gudula Verheyden • tel 016 244201 • similes@scarlet.be Vermeld je naam, adres, tel en e-mail.
Info	Hilde • tel 09 3747845 Josette Monsieurs, coördinator Similes Oost-Vlaanderen • tel 09 2168801 similes.oostvlaanderen@skynet.be

Contactgegevens

similes altijd in de buurt

Similes in de regio

Similes Aalst Regionaal

Contactpersonen

Cecile • tel 054 331172

Geert • tel 054 322902

similes.regio.aalst@scarlet.be

lid worden door storting van 15 euro per jaar op 439-9072901-02 met vermelding van *lidmaatschap*

Similes Eeklo-Meetjesland Regionaal

Contactpersoon

Josette Monsieus, coördinator Similes

Oost-Vlaanderen • tel 09 2168801

similes.oostvlaanderen@skynet.be

lid worden door storting van 15 euro per jaar op 001-1073007-69 met vermelding van *lidmaatschap eeklo meetjesland*

Similes Gent Regionaal

Contactpersonen

Yvan • tel 09 3863187

Marianne • tel 09 3446528

lid worden door storting van 15 euro per jaar op 442-7680291-55 met vermelding van *lidmaatschap*

Similes Oudendaarde – Vlaamse Ardennen Regionaal

Contactpersoon

Josette Monsieus, coördinator Similes

Oost-Vlaanderen • tel 09 2168801

similes.oostvlaanderen@skynet.be

lid worden door storting van 15 euro per jaar op 001-1073007-69 met vermelding van *lidmaatschap oudendaarde*

Similes Waas en Dender Regionaal

Contactpersonen

Mieke • tel 03 7795066

Joris • tel 0495 820239

Christine • tel 052 220771

Rik • tel 0476 675401 •

ritarik@skynet.be

lid worden door storting van 15 euro per jaar op 737-0014750-49 met vermelding van *lidmaatschap*

www.simileswaasendender.be

similes voor jou

Borderline persoonlijkheidsstoornis

Similes Post Scriptum

Contactpunt voor familieleden en betrokkenen van mensen met borderline persoonlijkheidsstoornis

Contactpersoon

Josette Monsieus, coördinator Similes

Oost-Vlaanderen • tel 09 2168801

similes.oostvlaanderen@skynet.be

lid worden door storting van 15 euro per jaar op 001-1073007-69 met vermelding van *lidmaatschap postscriptum*

KOPP

Similes KOPP Waas en Dender**Contactpersoon**

Christine • tel 052 220771

lid worden door storting van 15 euro per jaar op 737-0014750-49 met vermelding van *lidmaatschap kopp*

Partners

Similes Partnergroep Oost- en West-Vlaanderen**Contactpersoon**

Hilde • tel 09 3747845

Josette Monsieus, coördinator Similes

Oost-Vlaanderen • tel 09 2168801

similes.oostvlaanderen@skynet.be

lid worden door storting van 15 euro per jaar op 776-5957459-10 met vermelding van *lidmaatschap partners*

similes in psychiatrische voorzieningen

Similes PC Dr.Guislain

Ziekenhuiskring Gent

Contactpersoon

Martine De Moor, projectmedewerker en

regiocoördinator • 09 2168803

lid worden door storting van 15 euro per jaar op 001-2165037-73 met vermelding van *lidmaatschap*



DE MEDEWERKERS VAN DE FEDERATIE SIMILES

Secretariaat

Groeneweg 151, 3001 Heverlee
tel 016 232382 | similes@scarlet.be

Mieke Craeymeersch | directeur
tel 016 244208 | mieke.craeymeersch@chello.be

Gudula Verheyden | administratief medewerker
tel 016 244201 | gudula.verheyden@chello.be

Hilde Vanderlinden | projectcoördinator Similes
tel 016 244204 | hilde.vanderlinden@scarlet.be

Denise Cooreman | coördinator Similes Limburg
tel 016 244205 | denise.c@chello.be

Jana De Beul | coördinator Similes Vlaams-Brabant
tel 016 244203 | jana.de.beul@telenet.be

Marianne De Boodt | juriste
tel 016 244207 | marianne.de.boodt@scarlet.be

Ann De Neef | verantwoordelijke logistiek
tel 016 244209 | ann.de.neef@scarlet.be

Similes kantoor Oost- en West Vlaanderen

Oude Abdij, Drongenplein 26, 9031 Drongen
similes.oostvlaanderen@skynet.be
similes.westvlaanderen@skynet.be

Martine De Moor | projectcoördinator - regiocoördinator
tel 09 2168803 | martine-demoor@skynet.be

Elke De Grootte | coördinator Similes West-Vlaanderen
tel 09 2168804 | similes.westvlaanderen@skynet.be

Josette Monsieus | coördinator Similes Oost-Vlaanderen
tel 09 2168801 | similes.oostvlaanderen@skynet.be

Diederik Thuyt | vormingsmedewerker - regiocoördinator
tel 09 2168802 | diederik.thuyt@skynet.be

Lid worden van de Federatie Similes

Lid worden kan door storting van 15 euro per jaar op
001-1073007-69 met vermelding van *lidmaatschap*

Contactpersoon

Gudula Verheyden | tel 016 244201
gudula.verheyden@chello.be



SLUIT AAN BIJ SIMILES, de enige vereniging in Vlaanderen van en voor familieleden van personen met psychische problemen

De Federatie Similes bestaat 35 jaar en is een vereniging die gerund wordt door familieleden, voor familieleden. Het is een vrijwilligersorganisatie waar familieleden het voor het zeggen hebben.

We schatten dat er, alleen al in Vlaanderen, ongeveer 800.000 familiebetrokkenen zijn van personen met psychische problemen. Momenteel telt Similes ongeveer 3.000 leden, het topje van de ijsberg dus. Geestelijke gezondheid, de thematiek van de vereniging, is nog steeds beladen met stigma en taboe. Dat verhoogt de drempel om lid te worden van de vereniging.

Toch doen we een oproep om bij de vereniging aan te sluiten. De wet van het getal is trouwens belangrijk. Hoe meer leden Similes telt, hoe meer de stem van de familieleden zal gehoord worden.

Ook als hulpverlener, leerkracht, opvoeder, arts, ... kan je lid worden. Het is van grote betekenis dat Similes ook gedragen wordt door diegenen die misschien geen familielid zijn van een persoon met psychische problemen, maar die wel erg betrokken zijn.

sluit nu aan

Als lid ontvang je het driemaandelijks tijdschrift, het halfjaarlijks programmaoverzicht en korting op tal van activiteiten en boeken.

Je sluit bij voorkeur aan bij een plaatselijke Similesafdeling.

De rekeningnummers vind je op de vorige pagina.

Je stort dan 15 euro met vermelding van *lidmaatschap*.

lidmaatschap 15 euro per jaar

Voor informatie kan je ook altijd terecht op onze website **www.similes.be** of bel naar 016 244201.

STEUN FINANCIËEL

Voor giften vanaf 30 euro ontvang je een fiscaal attest.

Je kan je gift storten op het rekeningnummer van een plaatselijke afdeling of op het nummer 001-1073007-69 van de Federatie Similes met vermelding van *gift*.