

de brug actueel

ggz instelling voor verslavingszorg

Zonder strijd geen overwinning

"Mijn dochter vroeg me: 'Mama, hoe ben je van de drugs afgekomen?' Ik antwoordde: 'Door heel veel naar jou te kijken.'" Heleen Vooijs (47) is een gedreven vrouw. Ze werkt als vrijwilligster in een verzorgingstehuis, is betrokken bij het buurthuis en is bovenal een trotse moeder. Toch heeft ze haar moederrol een tijd lang niet kunnen vervullen.

Heleen vertelt over haar turbulente leven: "Ik ging het verkeerde pad op. Door drugs te gebruiken voelde ik me sterk. De weg naar drugs is gemakkelijk, de weg terug heel moeilijk." Ze gaat het dansleven in en raakt bovendien verslaafd aan alcohol. Dan krijgt ze een relatie met een man die haar op het goede pad helpt. In 2002 wordt Heleens dochter geboren, waarna ze in een postnatale depressie belandt. Het gaat niet goed met haar en ze pakt opnieuw naar drank en drugs.

Ik kon doen en laten wat ik wilde. Ik kreeg een foute vriend en mijn huis werd een drugshuis.

Samen met een oom neemt ze in 2003 de stap naar de AA. "Ik stopte met drinken, maar bleef stiekem toch speed gebruiken." Uiteindelijk loopt de relatie van Heleen stuk en gaat ze samen met haar dochter apart wonen. "Het was prettig om alleen te zijn en geen controle meer te hebben. Ik kon doen en laten wat ik wilde. Ik kreeg een foute vriend en mijn huis werd een drugshuis."

Op een dag doet het arrestatieteam van de politie een inval. De vader van Heleens dochter besluit dat het zo niet langer kan. Als Heleen haar kind na een vakantie bij hem komt ophalen, krijgt ze haar niet meer mee naar huis. "Mijn

kind was van me afgenomen. Ik was radeloos en snapte er op dat moment niets van. Toen ik thuiskwam keek ik de lege slaapkamer van mijn dochter in, zakte neer in een stoel en dacht bij mezelf: 'Hier is iets goed mis'."

Toch verandert er op dat moment niets. Heleen blijft drugs gebruiken en met de verkeerde mensen omgaan. Dan komt ze tot het besef dat er iets moet gebeuren. Ze verbreekt radicaal het contact met haar foute vriend, stopt met drugs en neemt haar medicijnen niet meer in. Ze krijgt een psychose en wordt opgenomen. Eenmaal thuis begint de zware strijd: breken met de verslaving en vechten om haar kind terug te krijgen.

Als drugsverslaafde ken je geen regels of normen en waarden.

Bij De Brug zijn die er wel.

In deze periode komt Heleen in aanraking met de kringloopwinkel van De Brug. "Diana kwam bij mij op bezoek en vertelde over De Kringloop. Ik had een taakstraf gekregen en die mocht ik daar uitvoeren. Ik kwam er binnen als een dood musje: stil, half psychotisch, introvert. Als drugsverslaafde ken je geen regels of normen en waarden. Bij De Brug zijn die er wel. Daar moest ik in het begin echt aan wennen." Heleen blijft vierenhalf jaar als gast bij De Kringloop werken. Ze vertelt er vol enthousiasme over. "Ik werd meteen liefdevol ontvangen. De warmte en de steun die ik er kreeg, hebben me heel goed gedaan. Ik ontmoette nieuwe mensen, uit een christelijk milieu. Zij motiveerden me om door te gaan. Als ik ergens mee zat, was er altijd iemand met wie ik kon praten. Bij De Kringloop leerde ik dat ik er mag zijn, dat ik iets kan en bovenal dat ik een kind van God ben."

Ook de dagopeningen bij De Kringloop ervaart Heleen als heel bijzonder. "Ik probeerde er iets uit mee te nemen voor de rest van de dag. Wanneer we met elkaar liederen zongen, vroeg ik altijd om



Opwekking 407: 'Hoe groot zijt Gij'. Ik veranderde de tekst van een van de zinnen uit het lied en zong: '...brengt Hij haar bij Zich thuis!' Het werd mijn lijflied."

Mijn leven was ondraaglijk; God maakte dat het draaglijk werd.

Naast de steun die Heleen ervaart vanuit De Kringloop, wordt ze ook bemoedigd door haar vriendinnen. "Zij zijn er altijd voor me geweest. Ze namen me mee naar een optreden van Kees Kraayenoord. Er ging werkelijk een wereld voor me open. De intensiteit van het geloof van mijn vriendinnen opende mijn ogen. "Heleen is als kind gedoopt en gelovig opgevoed. Nu maakt ze zelf bewust de keuze voor God. "God raakte mij aan. Mijn leven was ondraaglijk; God maakte dat het draaglijk werd. Doordat ik de liefde van God leerde ervaren, gingen er kleine wonderdjes gebeuren.

Ik realiseerde me dat ik niet het slachtoffer was, maar mijn kind. Ik had er een puinhoop van gemaakt en was haar kwijtgeraakt. Nu moest ik zelf veranderen. Ik ben met God aan de slag gegaan. Hij hielp mij om van mijn drugsverslaving af te komen en bracht rust in mijn leven."

In dit nummer:

- Interview
- Brugpijler
- Vrijwilliger
- Nieuws
- Column
- Brug in actie

Lees verder op pagina 2

Dat was fijn, maar ook heel moeilijk. Je weet immers dat je steeds weer afscheid van haar moet nemen.

Met hulp van de maatschappelijk werkster uit de praktijk waar Heleen onder behandeling is, lukt het om bezoekrecht af te dwingen. Onder begeleiding mag Heleen om de week een paar uurtjes wat tijd met haar dochter doorbrengen. "Dat was fijn, maar ook heel moeilijk. Je weet immers dat je steeds weer afscheid van haar moet nemen." Heleen pakt een dagboek dat ze in deze jaren heeft bijgehouden. Het staat vol met emotionele herinneringen van de momenten die ze doorbracht met haar kind. "Het opschrijven van de dingen, die we samen beleefden, hielp me om alles te verwerken."

Mama, ik ben weer thuis hoor!

In 2010 komt dan eindelijk het moment dat Heleen haar dochter een dagje thuis mag hebben. "Ik had er zo naar uitgekeken! Mijn dochter zei meteen: 'Mama, ik ben weer thuis hoor!'" Met hulp van een mediator worden de bezoeken frequenter. Heleen moet zich bewijzen en dat doet ze. Inmiddels is ze zeven jaar clean. Haar dochter woont een paar dagen per week bij haar en het gaat goed.

Het is een strijd, maar samen met God is die strijd dragelijk.

Heleen: "Ik ben nu een gelukkig mens. Ik ben trots op mijn dochter en op hoe ze het doet." Heleen wil met haar verhaal vooral anderen raken en bemoedigen. "Tegen vrouwen die in dezelfde situatie zitten, wil ik zeggen: 'Het is heel heftig als je je kind kwijtraakt, maar het is nog heftiger als je aan de drugs blijft. Je helpt je kind zelf ook de vernieling in, want je kunt geen volwaardige moeder meer zijn. Als je in de slachtofferrol gaat zitten, kom je er niet. Je moet sterk blijven en doorgaan. Geloof in de kracht van God, dan gebeuren er echt wonderen! Ik weet dat het kan: dat je je kind terug kan krijgen als je er echt voor wilt gaan. Ik ben niet trots op mijn verhaal, maar wel heel blij dat ik zo ver gekomen ben. Het is een strijd, maar samen met God is die strijd dragelijk. Je hoeft het niet alleen te doen!"

Désirée Lukkien

Het verhaal is waar gebeurd. In de interviews leest u de neerslag van de gesprekken die met mensen zijn gevoerd. De tekst van het artikel wordt altijd vóór de publicatie door de geïnterviewde personen goedgekeurd. In het artikel wordt de visie en de belevingswereld van de geïnterviewde weergegeven. Andere belanghebbenden kunnen hun eigen visie hebben.

"De woestijn zal vrolijk zijn, juichen en bloeien"

Jesaja 35:1a (Bijbel in Gewone Taal)

Bezig met de voorbereiding van mijn preek, krijg ik een vriendelijke e-mail dat ik te laat ben met deze meditatie. Ik baal er van. Ik was zo van plan het goed te doen. Het zal niet nogmaals gebeuren. Ik ga direct proberen het te herstellen. Waarschijnlijk herkenbare gevoelens voor iedereen.

Ik mag preken over een tekst van de profeet Jesaja:

"De woestijn zal vrolijk zijn, juichen en bloeien". Een tekst van hoop. Een tekst met de titel 'Een nieuwe toekomst'.

Het volk Israël heeft veertig jaar door de woestijn getrokken voor ze het beloofde land binnen konden trekken. De Bijbel kent meer dan dertig verschillende woorden voor woestijn. Veel verschillende woorden voor onvruchtbare grond. Ons leven kan soms ook onvruchtbaar zijn; soms kort en soms lang. Soms is het vrij gemakkelijk om naar vruchtbare bodem terug te gaan. Soms is het een lange, moeilijke weg. Lezers van deze nieuwsbrief weten hoeveel moeite het kan kosten om de weg terug te vinden naar een letterlijk menswaardig bestaan. Mens zijn, zoals God het bedoeld heeft, toen Hij de mens schiep.

Maar er is hoop, want voor elke woestijn geldt: "De woestijn zal vrolijk zijn, juichen en bloeien".

Er komt een eind aan een moeilijke tijd, als we daarnaar zoeken, als we ons daarvoor willen inzetten, als we ons daarbij willen laten helpen, als we durven te vertrouwen. Vertrouwen op onze naaste, vertrouwen op alle betrokkenen bij De Brug, vertrouwen op God de Vader, op Jezus Christus zijn Zoon en op de Heilige Geest.

Er is altijd hoop en Hoop om te gaan bloeien, om talenten te ontwikkelen, om talenten in te zetten. Mag een ieder dat zo ervaren.

Marjan Zebregs, predikant PKN
Goede Herderkerk Valkenburg

Vrijwilliger in de schijnwerpers

Leen van der Marel (55 jaar)



Hoe kwam je bij De Brug?

"Het eerste contact met De Brug was in 2003. Omdat ik voor mijn vrije tijd een zinvolle besteding zocht, trok ik de stoute schoenen aan en liep zonder afspraak het gebouw aan de Haringkade binnen. Helaas was er toen geen passend vrijwilligerswerk en door mijn drukker wordende werkzaamheden is het er in de jaren daarna niet meer van gekomen. Tot ik in 2013 op de toeristenmarkt in gesprek kwam met een medewerker van De Brug die vertelde dat men voor diverse afdelingen vrijwilligers zocht. Voordat ik het wist had ik een afspraak met Atie Smit."

Wat doe je als vrijwilliger?

"In het begin heb ik een paar dagen meegedraaid op de receptie en het inloophuis, totdat ik mijn plek gevonden had bij de financiële administratie. Dit vanwege mijn werkervaring en opleiding Praktijkdiploma Boekhouden en Moderne Bedrijfsadministratie. De werkzaamheden omvatten b.v. het inboeken van facturen/giro, maandelijkse controle en overige administratieve werkzaamheden."

Motivatie

"God heeft de mens geschapen in liefde tot Hem en de mensen onderling. Er kan oneindig veel tussen die relatie in komen te staan waarvan verslaving er een van is. Een verslaving kan zulke vormen aannemen dat deze op de eerste plaats komt. Soms zo erg dat een ander misbruik maakt van het feit dat een verslaafde er veel voor over heeft om de behoefte te bevredigen. Hierdoor is vaak het nemen van juiste beslissingen niet meer mogelijk. Gelukkig zijn er instellingen, waaronder De Brug en De Hoop, waar men vanuit het christelijk geloof probeert mensen te begeleiden tot een verslavingsvrij bestaan. Door het (ondersteunende) vrijwilligerswerk hoop ik dat ik een kleine bijdrage kan leveren zodat het behandelteam zich volledig kan richten op de cliënt."

Wat je verder kwijt wilt...

"Het is fijn dat bij De Brug gekeken wordt naar je kwaliteiten, interesse en wensen zodat je meteen het gevoel hebt dat je op de juiste plek zit. Daarnaast wil ik de medewerkers bedanken voor het geduld, de tijd en energie in het wegwijzen maken op de diverse afdelingen van De Brug. Dit gebeurt toch naast het reguliere werk."

Onlangs had ik telefoondienst en werd ik op een avond gebeld. "Wat moet ik doen, mijn vriendin is zwanger en haar vriend is verslaafd, nu heeft hij haar weer in een dolle bui bij de keel gegrepen en die dichtgeknepen!" We hebben dan maar één advies: veiligheid voor vrouw en kind voorop. Ook adviseren wij dan aangifte bij de politie te doen, hoe het ook tegen het gevoel kan indruisen.

Het verhaal staat niet op zichzelf. Wij worden vaker geconfronteerd met situaties van huiselijk geweld. Door de verslaving is iemand niet meer zichzelf. Dat is geen reden tot accepteren of goedpraten. Een veilige situatie voor partners, ouders of kinderen is van belang; dat is zelfs per wet geregeld.

Er is vaak een drempel en grote schaamte om dit te bespreken. In sommige situaties werkt de verslaafde mee, waarbij hij er zelf voor kiest tijdelijk niet thuis te verblijven. De stap om een melding te doen bij de politie is vaak erg groot. Je eigen man of kind aangeven druist vaak tegen elk gevoel in. Toch is dat soms de enige manier. Bij De Brug proberen we zowel met de verslaafde als met de familie hier het gesprek over aan te gaan en hen in dit proces te ondersteunen. Wij kennen situaties waarbij dit uiteindelijk heeft geleid tot verandering.

Herstel van relaties, dat is waar wij ten diepste in geloven. Met goede zorg, hulp en wederzijdse inzet is dit zeker mogelijk. Meer dan men vaak denkt. In de loop der jaren ben ik heftige situaties met huiselijk geweld tegengekomen, waar het nu - na een intensief traject - goed gaat. Natuurlijk kennen we ook situaties waar dat niet het geval is, ook dat is realiteit.

Maar het vertrouwen dat door de juiste begeleiding ook in deze schrijvende omstandigheden een verandering ten goede kan komen geeft ons elke keer weer de drive om hierin al het mogelijke te doen!

Diana Bancken



Financieel overzicht 2015	
Giften	Periode 01 januari 2015 - 30 juni 2015
Kerken	€ 7.009,04
Bedrijven en instellingen	€ 6.747,00
Vrienden van De Brug	€ 23.169,25
Totaal	€ 36.925,29

Per 3 augustus is De Brug weer gehuisvest aan de Schaepmanstraat 1, 2221 ER Katwijk. Iedereen is weer welkom op dit adres in het prachtige gloednieuwe gebouw! Voor foto's nieuw pand: zie www.debrughelpt.nl - Nieuw gebouw - Fotogalerij

17 september 2015: Gedenkwaardige dag!

Op donderdag 17 september vanaf ca. 14.45 uur zal het twintigjarig jubileum van De Brug worden gevierd. Ook zal dan de formele opening van het nieuwe pand plaatsvinden. Tevens zal er een receptie zijn in verband met het afscheid van de directeur Diana Bancken.

Meer specifieke informatie: www.debrughelpt.nl
Aanmelding per e-mail: info@debrughelpt.nl

OPROEP

Zijn er beroepsschilders die in het voorjaar van 2016 de buitenkant van het woonhuis van De Brug in de Jan Tooropstraat willen schilderen tegen vergoeding van de onkosten (verf, kwasten e.d.)? Meer info en aanmeldingen: 071-403 37 33; info@debrughelpt.nl

Nieuwsbrief per e-mail

Het is mogelijk de nieuwsbrief per e-mail te ontvangen. Dit drukt de kosten en is beter voor het milieu. Graag doorgeven aan de administratie, als u dit wenst:

071 403 37 33 of info@debrughelpt.nl

Ouder/partneravonden

De volgende themabijeenkomsten voor ouders/partners worden georganiseerd: 14 september (Verantwoordelijkheden en grenzen); 12 oktober (Communicatie) en 9 november (Bouwen aan herstel).

Stay Clean Zelfhulpgroep ex-verslaafden

Deze zelfhulpgroep komt op maandagavond bij el-

kaar. De volgende data zijn: 14 en 28 september, 12 en 26 oktober, 9 en 23 november, 7 en 21 december.

Vacature

Psychiater (BIG geregistreerd) (part-time)

Vrijwilligers

Zonder vrijwilligers zou De Brug vele onderdelen van het werk niet goed kunnen uitvoeren. Het is volgens veel Brugvrijwilligers een geweldige ervaring om vrijwilligerswerk bij onze instelling te doen.

Leen (na een bedankje van een leidinggevende): "Je hoeft mij niet te bedanken. Ik ga altijd graag naar De Brug!"

Wij hebben dringend nodig:

- 5 mentoren (M en V)
 - 1 huiscontroleur (M of V)
 - Vrijwilligers Kringloop: * Combinatie kassa en winkelrichting, elk dagdeel mogelijk. Ook op zaterdagmorgen of -middag 1 x per 4 weken; * Kleding- en textielverwerking – elk dagdeel mogelijk; * Chauffeurs en bijrijders voor het bezorgen en ophalen van spullen, elk dagdeel mogelijk; * Boeken op categorie in de kasten zetten, elk dagdeel mogelijk; * Schoonmaakwerkzaamheden, elk dagdeel mogelijk
 - 6 vrijwilligers inloophuis (dinsdag- en zaterdagmiddag); kookproject
 - 10 straatwerkers
 - Schoonmakers (M of V) locatie nieuwe gebouw Schaepmanstraat 1
 - Vrijwilligers standwerk
- Meer info www.debrughelpt.nl en 071 403 37 33.

De Brug op Facebook

Help mee om via Facebook het werk van De Brug onder de aandacht te brengen! Wilt u ons ook liken?



Zorgaanbod De Brug

- ambulante behandeling voor alle verslavingen (drugs, alcohol, medicijn, seks, internet, game en eetverslaving)
- tweedaagse deeltijdbehandeling (voor cliënten die 1 week clean zijn)
- groepsbehandeling seksverslaving ('s avonds)
- groepsbehandeling partners seksverslaafden
- intakes voor opname in verslavingskliniek De Hoop ggz Dordrecht
- begeleiding van ouders, partners en familieleden van verslaafden
- woonbegeleiding voor mensen met en zonder verslavingsproblematiek (begeleiding aan de hand van de 8 leefgebieden op praktische zaken zoals financiën, hoe het huishouden op alle gebieden goed laten verlopen, dagbesteding, sociaal - lichamelijk - en psychisch functioneren)
- behandeling en begeleiding aan cliënten vanuit een justitieel kader
- woonbegeleiding aan cliënten zonder verslaving vanuit een justitieel kader
- project Nazorg, Begeleid Zelfstandig Wonen (woonhuis Katwijk)
- werkervaringsplaats De Brug Kringloop
- uitvoering taakstraf mogelijk in werkervaringsplaats
- telefonische 24-uurs bereikbaarheidsdienst (071 403 37 33)

Op het moment dat ik dit aan het schrijven ben zit ik tussen de dozen, druk aan het inpakken voor onze verhuizing terug naar de Schaepmanstraat. Daarnaast zit ik thuis ook tussen de dozen als voorbereiding voor onze emigratie naar Frankrijk. Een bijzondere periode.

Super enthousiast ben ik over het nieuwe pand. Al sinds mijn start bij De Brug twaalf jaar geleden was er sprake van dit moment!! Waarbij tussen-door diverse variaties aan de orde zijn geweest. Mooi om als afsluiting de intrek in het nieuwe



Keuken inloophuis nieuwe pand

pand van De Brug te mogen meemaken en daar nog een paar weken werkzaam te mogen zijn voor mijn vertrek.

Samen met de opening van het nieuwe pand in september is dit voor mij een mooie afsluiting van een bijzondere tijd, bij een bijzondere organisatie op een bijzondere plek. Velen zullen het pand komen bewonderen. Ik hoop dat u daarin aantreft wat wij willen uitstralen, namelijk de huiselijkheid en warmte. Een plek van herstel, voor sommigen een thuis.

Dit alles was echt niet mogelijk geweest zonder de hulp van diverse mensen uit het bouwteam. Een aantal bestuursleden was het afgelopen jaar dagelijks in de weer. Aldert van Duijn (bouw) en

Wim Heijl (financiën); van hun expertise is optimaal gebruik gemaakt. Dit samen met architect Kees Hoek, die dit geheel vrijwillig deed en de coördinator Atie Smit. Uiteraard zijn er veel meer mensen bij betrokken geweest die zich belangeloos hebben ingezet. Iedereen noemen lukt niet, maar dit bouwteam (samen met allerlei vrijwilligers) heeft er toch echt een jaar lang een dagelijkse taak aan gehad.

In het pand treft u mooie meubels aan, waarbij men zich kan afvragen of De Brug zo iets kan betalen. Het meeste niet dus, heel veel kantoor- en ander meubilair heeft De Brug gekregen van de Rabobank.

Natuurlijk waren er ook best hobbels en tegenslagen in het traject, maar al met al zijn er veel zegeningen die wij hebben mogen ontvangen.

Mijn laatste weken bij De Brug zijn aangebroken. Tijd om rustig terug te kijken heb ik nog niet, dat zal wel komen als wij eenmaal geset-

teld zijn in Frankrijk.

Dankbaar ben ik voor het mogen meebouwen aan een organisatie als De Brug. Twaalf jaar geleden waren er drie parttime medewerkers en zo'n 30 vrijwilligers. Er is veel veranderd door de jaren heen. Wat wel altijd gebleven is, zijn de vrijwilligers en de laagdrempelige manier van werken; iets waarvan ik hoop dat het ook zal blijven. Dat kenmerkt De Brug.



Verhuizing inventaris Rabobank

Ik wil afsluiten met een tekst uit Jeremia 29:11 "Want ik weet, welke gedachten ik over u koester, luidt het woord des Heren, gedachten van vrede en niet van onheil, om u een hoopvolle toekomst te geven."

De wending in mijn leven had ik niet verwacht sinds ik bij De Brug werkte. Toch hebben wij ervaren dat God een andere weg met ons wil inslaan. Ik vind het zo bemoedigend te lezen in Zijn Woord dat God het beste met ons voor heeft, of je nu verslaafd bent of medewerker bij De Brug: voor God zit daar geen verschil in. Hij wil u en mij een hoopvolle toekomst geven. En dat is wat ik u allen ook toewens.

Diana Bancken



Team De Brug 2015

COLOFON

WIE

De Brug Midden-Nederland verleent hulp aan verslaafden en hun families, ongeacht afkomst en levensovertuiging. De Brug werkt nauw samen met De Hoop ggz te Dordrecht en Platform Kocon Katwijk. De Brug is een christelijke instelling. De medewerkers geloven in de Bijbel als Gods geïnspireerd, onfeilbaar Woord en aanvaarden Jezus Christus als Gods Zoon en de enige weg tot behoud. Zij geloven dat elk mens waardevol is in Gods ogen. De Brug is een HKZ gecertificeerde ggz-instelling.

DIRECTEUR

D. Bancken

REDACTIE

D. Bancken
J.F.A. Démoed

D. Lukkien
A. Smit (eindredacteur)
C.B. Veldhuijzen

WAT

Het behandelteam van De Brug bestaat uit diverse disciplines waaronder psychologen, maatschappelijk werkers, contextueel therapeut, GZ psycholoog en een psychiater. Aan iedereen die tot de doelgroep behoort wordt op afspraak ambulante behandeling geboden. Er is deeltijdbehandeling, woonbegeleiding en een werkervaringsproject. Voor de overige projecten zie www.debrughelpt.nl. De Brug is telefonisch altijd bereikbaar, in noodgevallen ook buiten kantooruren via de 24-uurs telefonische bereikbaarheidsdienst.

WAT KUNT U DOEN?

De Brug wordt financieel gesteund door de overheid, plaatselijke kerken, enkele bedrijven en een trouwe groep van vrienden. Uw giften zijn van harte welkom; ze zijn aftrekbaar voor de belasting. U kunt het werk van De Brug ook testamentair gedenken.

WAAR

Polikliniek Katwijk

Schaepmanstraat 1
2221 ER Katwijk
Postbus 2121
2220 BC Katwijk

T 071 403 37 33

F 071 408 50 92

E info@debrughelpt.nl

T <http://twitter.com/#!/debrughelpt>

I www.debrughelpt.nl

Polikliniek Alphen aan den Rijn

(op afspraak, telefoon 071 403 37 33)

Polikliniek Amsterdam

(op afspraak, telefoon 071 403 37 33)

Polikliniek Gouda

(op afspraak, telefoon 071 403 37 33)

Werkervaringsplaats De Brug Kringloop

Heerenweg 5
2222 AM Katwijk

T 071 408 56 46

E info@debrughelpt.nl

IBAN NL55RABO0331865165

