

de brug actueel

ggz instelling voor verslavingszorg

Eindelijk rust

Een reislustig type, zo kun je Robin Venhorst (54) wel noemen. Tot drie jaar geleden dan. Toen veranderde alles. Van trekvogel werd hij huismus. Robin hoefde niet langer meer te vluchten omdat hij zijn schuilplaats had gevonden. En dat was niet alleen zijn vertrouwde flat in Noordwijk.

Door Robins leven loopt een rode draad. Dertig jaren zijn gestempeld door verslavingen: eerst harddrugs – cocaïne, speed en xtc – en daarna alcohol. Nu hij 54 is blikte hij terug en komt tot de ontdekking dat er veel op zijn pad is gekomen.

“Als je niet stopt met drinken, ben je voor de Kerst dood.”

In 2013 zet Robin voor het eerst een stap over de drempel bij De Brug. De huisarts verwees me door. Ik kwam hier voor een alcoholverslaving. Ik dronk echt véél te veel. Elke dag acht halve liters bier en een fles wijn, met daarbij nog een fles sterke drank per week. Ik had hartritmestoornissen en was erg kortademig. De cardioloog had gezegd: ‘Als je niet stopt met drinken, ben je voor de Kerst dood.’ Dan schrik je toch wel.’ Bij De Brug volgt Robin de deeltijdbehandeling. Dat houdt in dat deelnemers in groepsverband over hun verslavingsproblemen praten, onder begeleiding van een hulpverlener. Zo leer je van elkaar. ‘Ik kwam erachter dat mijn hele levensstijl moest veranderen.’

„Steeds meer ontdekte ik dat er geen speld tussen is te krijgen: wat in de Bijbel staat klopt.”

In dit nummer:

***Ervaringsdeskundigen:
Extra motiverend en
hoopgevend!***

Robin waardeert het dat hulpverleners van De Brug vanuit een christelijke levenshouding werken. Bidden vindt hij belangrijk.

Het geeft stabiliteit in zijn leven. ‘Ik noemde me toen al christen, maar mijn geloof was nog oppervlakkig. Ik had in 1990 een Poolse leren kennen. Ik was toen atheïst. Ze zei dat ze me leuk vond, maar dat ze geen atheïst als vriend wilde. Het zou alleen iets worden als ik me in het christelijk geloof wilde verdiepen. Dat deed ik, maar niet om zelf christen te worden. Ik wilde mijn vriendin ervan overtuigen dat de Bijbel niet klopt.’ Omdat Robin weinig begrijpt van wat er in de Bijbel staat, zoekt hij hulp. Hij komt in contact met christenen die hem wegwijs maken. ‘Steeds meer ontdekte ik dat er geen speld tussen is te krijgen: wat in de Bijbel staat klopt.’

Toch mist Robin iets. Bij De Brug krijgt hij een spiksplinternieuwe Bijbel. ‘Dat vond ik heel bijzonder. Ik las er veel in. Op een dag zei ik tegen een Brug-medewerker: ‘Moet je nou eens kijken wat hier staat!’ en ik begon er enthousiast over te vertellen. Toen zei ze: ‘Zie je wel, er gebeurt iets met je. Het begint nu pas écht voor je te leven.’ Toen kwam de klik. Toen werd het pas echt persoonlijk. Ik word er nog helemaal blij van als ik daaraan terugdenk.’ Het is niet de enige ommekeer die Robin meemaakt. Hij zet ook een punt achter zijn drankverslaving. Rigoureuus. Dat moet ook wel, want zijn leven staat op het spel. ‘Ik prikte een datum. Vanaf die dag zou ik geen fles meer aanraken. Het werd 18 maart 2013. De dag ervoor heb ik nog een fles cognac geopend om te ‘vieren’ dat dat de laatste keer was.’ Het afkicken lukt, zonder bijverschijnselen. Robin beseft dat dit heel bijzonder



Robin Venhorst

“Dan besef je wel dat je door het oog van de naald bent gegaan. Door Gods ingrijpen, zo zie ik dat.”

Jarenlang is De Brug voor Robin een schuilplaats geweest. Rustig vaarwater is nodig om aan de toekomst te kunnen werken. Het opbouwen van een nieuw netwerk is belangrijk. Voorheen had Robin alleen ‘drinkmaatjes’, intussen heeft hij vrienden van de kerk. ‘Drie van mijn vroegere maatjes stierven binnen 3 maanden als gevolg van de drank. Dan besef je wel dat je door het oog van de naald bent gegaan. Door Gods ingrijpen, zo zie ik dat.’ Robin bidt in die tijd vaak of God hem wil helpen bij het opbouwen van een nieuwe vriendenkring. ‘Ik vroeg of Hij ervoor wilde zorgen dat ik een christen bij mij in de straat leerde kennen. Ik wilde me aansluiten bij een kerk, maar dan moet je wel iemand tegen het lijf lopen. Twee dagen later, het was zondag, zag ik ‘s morgens mijn overbuurvrouw voorbij lopen. Ik vroeg wat ze ging doen. Ze zei dat ze naar de kerk ging, naar de baptistengemeente in Leiden, en vroeg of ik mee wilde. ‘Daar heb ik pas nog voor gebeden’, antwoordde ik.’ Robin gaat met zijn buurvrouw mee. Nog steeds is hij elke zondag in deze gemeente te vinden. Weer een schuilplaats erbij!

Lees verder op pagina 2

„Als het moeilijk wordt, mag ik schuilen onder Zijn vleugels. Hij helpt me als het zwaar is.”

Robins belangrijkste schuilplaats is God zelf. „Als het moeilijk wordt, mag ik schuilen onder Zijn vleugels. Hij helpt me als het zwaar is.” En soms gebeurt dat heel concreet. Robin vertelt over hoe hij van zijn rookverslaving af kwam. „Ik was een kettingroker. In twee dagen rookte ik een pakje zware shag. In de gesprekken bij De Brug wees men erop dat ook die verslaving moest stoppen. Ik vroeg aan God: ‘Helpt U me daar alstublieft mee?’ en toen kreeg ik een bevestiging. Twee dagen was ik doodziek, daarna heb ik geen sigaret meer aangeraakt.”

Robin werkt tegenwoordig 24 uur per week in een kringloopwinkel. Met zijn gezondheid gaat het beter. Hij voelt zich fitter dan eerst. „Nog niet zo lang geleden is mijn hart gereset. Vorig jaar schoot hij uit het ritme. Ik heb nu medicijnen, die ik voor de rest van mijn leven moet gebruiken. En als het mis gaat, bel ik het ziekenhuis. Dan mag ik gelijk komen. Een vriendin brengt me dan.”

„Het gaat er niet om wat je kan, maar wie je kent.”

Wat een verschil met vroeger. Zijn vorige vrienden hielpen hem van de regen in de drup. „Ik verzamel nog steeds mensen om me heen waar ik wat aan heb. Een van mijn lijfspreuken is: ‘Het gaat er niet om wat je kan, maar wie je kent.’ Een andere lijfspreuk die ik gaandeweg geleerd heb is: ‘Het is niet de gebeurtenis die iets bepaalt, maar de gedachten die je erover hebt’. Als je je daarvan bewust bent, kun je proberen negatieve gedachten om te buigen tot positieve. Spreuken 3 vers 5 is een belangrijke tekst die me daarbij helpt. Ik moet op God vertrouwen, en niet op mezelf. Dat heb ik hier ook geleerd, bij De Brug.”

J.F.A. Démoed

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 schoonmoeder van Simon had hoge koorts en ze vroegen Hem om hulp voor haar.”

Lukas 4 vers 38b

Wat zijn er toch veel mensen ziek! Dat hoeven nog niet eens alleen oudere mensen te zijn; je treft tot je grote schrik ook veel jonge mensen ziek aan. Zelfs kinderen. Thuis of in het ziekenhuis. Je voelt je vaak machteloos, zeker wanneer mensen ernstig of zelfs ongeneselijk ziek zijn.

De schoonmoeder van Simon Petrus is ook ziek. Behoorlijk ziek. Lukas schrijft dat ze hoge koorts heeft. Hij kan dat weten, hij is tenslotte arts. Hoge koorts is voor oudere mensen (en jonge kinderen) heel gevaarlijk. Wij hebben daar gelukkig nog allerlei medicijnen voor, maar die waren er in die tijd niet. Of minder. Wat te doen?

Nu komt er een kostelijk trekje in het Evangelie. Lukas schrijft: “En ze vroegen Hém om hulp voor haar.” Simon en de verdere familie of bekenden zijn naar de Heere Jezus toegegaan. Om het Hém te vertellen. En om meteen te vragen of Hij wilde komen om te helpen. Leggen wij de vraag maar meteen op tafel: Doen wij dat ook? Gaan wij regelrecht naar Hem toe wanneer we in situaties van ziekte, zorg, verslaving of wat dan ook maar, verzeild raken? We mogen geneesmiddelen en therapieën uiteraard onder dankzegging gebruiken, maar we vergeten de Grote Medicijnmeester in dit alles toch niet? Dat zou maar zo kunnen. Wat is het ontroerend mooi dat deze zieke moeder voorbidders heeft! Mensen die voor haar naar de Heere Jezus toegaan. Heeft u zulke voorbidders ook? Bent u zelf een voorbidder voor anderen? Zó belangrijk. Een fundamentele trek van de christelijke gemeenschap. Je bent niet alleen op de wereld, maar je brengt elkaar in gebed bij Hem. Wat doet de Heere Jezus met de vraag van de voorbidders? Hij komt (vs. 39) ...

Ds. C.H. Hogendoorn

Hervormd Predikant PKN, Katwijk aan Zee

Vrijwilliger in de schijnwerpers Alicia Rivéro (43)

Hoe kwam je bij De Brug?

“Eind september 2014 werd mijn contract niet verlengd en slaagde ik er niet in om snel een nieuwe baan te vinden. Het plafond kwam bijna letterlijk op mij af. Op zoek naar een koelkast kwam ik op de website van Kringloop De Brug en zag ik de vacature ‘Vrijwilligers administratie’. Ik reageerde meteen en al spoedig kreeg ik contact met Atie Smit; daarna kon ik heel snel beginnen.”



Waarom?

“Nu ik een jaar verder ben, weet ik dat God mij bij De Brug heeft gebracht. Eerste indruk van De Brug was dat alles goed georganiseerd is, er werken mensen met een warm hart en ik was er welkom! Mijn laatste werkgever had me flink laten voelen dat ik ‘anders’ was en daarmee ook een stuk zelfvertrouwen weggenomen. Ik voel me helemaal thuis bij De Brug, vooral ook door het samen bidden en het mogen samenwerken met mensen met een warm hart.”

Wat doe je als vrijwilliger?

“Als vrijwilliger hielp ik 1 dag in de week bij de administratie. Behalve de vaste werkzaamheden waren er ook altijd andere klusjes om op te pakken. Elke keer weer gezellig en ook het samenwerken met andere vrijwilligers was altijd een feest. Toen ik bij een ander bedrijf in loondienst kwam, werd het helaas moeilijk om dit er nog extra bij te kunnen doen. Ook hielp ik bij De Kringloop 1 ochtend in de week. Nu probeer ik vooral de vakantie periodes te helpen bij De Kringloop en houd ik in de gaten als er vrijwilligers nodig zijn voor andere activiteiten die De Brug organiseert. Bij de verhuizing heb ik ook meegeholpen, dat was ook super!”

Motivatie

“Bewogenheid met mijn verslaafde medemens en zijn familie en mijn passie om anderen te helpen. Geweldig om hier mijn steentje te mogen bijdragen!”

Wat je verder kwijt wilt...

“Ik hoop nog een hele tijd te blijven werken als vrijwilliger bij De Brug!”

Vrijwilligers

Vrijdag 19 februari hadden we de jaarlijkse avond voor onze vrijwilligers in Huys te Britten. Met ruim 150 mensen hebben we een gezellige avond mogen beleven. Bijzonder is dat je op dergelijke momenten heel concreet beseft hoeveel mensen betrokken zijn bij De Brug. Veel vrijwilligers zijn op de achtergrond bezig maar ieders werk is van belang en we zijn dankbaar voor meer dan 200 vrijwilligers.

Atie Smit, o.a. coördinator van de vrijwilligers, opende de avond met een heel hartelijk welkom. Vervolgens hield onze voorzitter, dominee Borsje, een inleiding en ging voor in gebed.

Er was een heerlijk buffet waar iedereen van kon genieten.

Zelf heb ik de vrijwilligers toegesproken en, mede namens het bestuur en onze medewerkers, dank uitgesproken voor hun inzet.

Onze dank gaat natuurlijk uit naar alle vrijwilligers, ook zij die niet aanwezig waren, maar ik heb even extra stilgestaan bij De Kringloop vanwege de goede resultaten, het Inloophuis vanwege het nieuwe kookproject dat weer voor extra vrijwilligers heeft gezorgd en goed loopt en ook de vrijwilligers die daar altijd met veel enthousiasme zijn voor onze gasten.

Als dank hebben we als team van De Brug alle vrijwilligers toegezongen. Henk Binnendijk, coördinator van de Kringloop, had een prachtig lied geschreven op de melodie van "Het is weer voorbij die mooie zomer....", en Jan de Mooij begeleidde alle muzikale momenten op de piano.

Een deel van het lied:

"Preventie, straatwerk, mentoraat, de kapper, koks en fotograaf; veel werk wordt op de achtergrond gedaan. Tuinieren, klussen, schoonmaakwerk, dat alles maakt 't geheel zo sterk. Door jullie trouw en inzet kan dit bestaan. Ja, De Brug heeft vele pijlers, want anders stort het hele zaakje in. Ja, een stevig fundament is wel zo veilig, want anders heeft ons werk niet zoveel zin".

Een mooie tekst over mensen die zich drie slagen in de rondte werken, moe thuiskomen en dan zeggen: "Ik doe het voor De Brug!". Een prachtig lied dat goed werd ontvangen.

Fijn om zo met elkaar verbonden te zijn; vanuit het geloof uitdelen aan de ander. Maar af en toe er ook even bij stil staan dat dit allemaal best bijzonder is. Dankbaar werk!



Jan Willem



Financieel overzicht 2016	
Giften	Periode 01 januari – 29 februari 2016
Kerken	€ 1.101,34
Bedrijven en instellingen	€ 610,65
Vrienden van De Brug	€ 10.340,00
Totaal	€ 12.051,99

Ouder/partneravonden

In de eerste helft van 2016 worden de volgende themabijeenkomsten voor ouders/partners georganiseerd: 11 april (Verslavingsgedrag en de omgeving), 16 mei (Loslaten), 13 juni (Motivatie).

Stay Clean Zelfhulpgroep ex-verslaafden en Groepsbehandeling seksverslaafden

Elke 14 dagen op maandagavond komen deze groepen bij elkaar. Meer informatie en aanmelding: 071-403 37 33 of info@debrughelpt.nl

Vacatures

Psychiater (BIG geregistreerd) (part-time)
Meer info: Anouk van Tooren 071-403 37 33; sollicitaties naar Jan Willem Ypma j.w.ypma@debrughelpt.nl

Vrijwilligers gevraagd!

Wij hebben dringend nodig:

- Bestuurslid
- Vrijwilligers standwerk
- 5 mentoren (M en V)
- 2 huiscontroleurs (M of V; liefst echtpaar)

Vrijwilligers Kringloop:

- * Combinatie kassa en prijzen, vooral op zaterdagmorgen of -middag 1 x per 4 weken; * Kleding- en textielverwerking – elk dagdeel mogelijk; * Speelgoed verwerken – elk dagdeel mogelijk * Schoonmaakwerkzaamheden, elk dagdeel mogelijk
- 6 vrijwilligers inloophuis (dinsdag- en zaterdagmiddag)
- 4 koks kookproject inloophuis (maandag, dinsdag, donderdag, vrijdag – ook om bij vakantie e.d. de huidige koks te vervangen)
- 10 straatwerkers

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?

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



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)
- inloophuis

Van mens tot mens!

In de zorg en zeker ook binnen de verslavingszorg wordt steeds vaker gewerkt met ervaringsdeskundigen! En dat is niet voor niets! Ook bij De Brug merken wij van hen de bijzondere kracht voor mensen, die in behandeling zijn om hun verslaving te doorbreken en als het ware een nieuw leven op te bouwen.

Een ervaringsdeskundige is iemand die zelf verslaafd is geweest, daarvan is genezen en al geruime tijd clean is. Die dus echt de verslaving achter zich heeft gelaten en een roeping voelt om van de weg die hij of zij heeft afgelegd te getuigen! Deze personen weten als geen ander hoe moeilijk het kan zijn gemotiveerd te raken om niet meer te willen gebruiken, hoe zwaar de stap kan zijn om hulp te accepteren, hoe ingewikkeld om te beseffen dat er werkelijk hoop is op een verslavingsvrij leven.

“Op een unieke manier en vanuit hun eigen ervaring kunnen zij mensen ontmoeten en bemoedigen.”

Ook weten ervaringsdeskundigen wat de waarde is van het doorbreken van leugens om open en eerlijk te worden, evenals het belang van een duidelijke dagstructuur. Zij herkennen verslavingsgedrag, zoals manipulatie en het vermijden van verantwoordelijkheden vaak heel goed. Op een unieke manier en vanuit hun eigen ervaring kunnen zij mensen ontmoeten en bemoedigen om de verslaving te doorbreken en stappen voorwaarts te zetten.

De Brug wil het komende jaar de inzet van ervaringsdeskundigen uitbreiden en professionaliseren. Bijvoorbeeld door het inzetten van ervaringsdeskundigen in de toeleiding naar opname. Cliënten kunnen dan desge-

wenst een gesprek met hun behandelaar en een ervaringsdeskundige krijgen om te horen wat een opname betekent, hoe je daar naartoe leeft en welke motivatie daarvoor nodig is.



Vlnr: Cliënt en behandelaar

“Een ervaringsdeskundige kan mensen vertellen over het belang van het vroegtijdig herkennen van signalen.”

Ook binnen de deeltijdbehandeling willen we meer ervaringsdeskundigheid inzetten. Denk bijvoorbeeld aan gesprekken om terugval te voorkomen. Een ervaringsdeskundige kan mensen vertellen over het belang van

het vroegtijdig herkennen van signalen, die tot een terugval kunnen leiden en kan ook over de kracht om op te staan wanneer het een keer mis is gegaan. Bovenal getuigt de ervaringsdeskundige natuurlijk van de hoop die er is op een verslavingsvrij leven!

Wij zijn dan ook enorm dankbaar dat er voormalige cliënten zijn, die zich geroepen voelen op die manier iets voor huidige cliënten te betekenen en zich voor De Brug

willen inzetten! Omdat we het belangrijk vinden dat zij zorgvuldig worden voorbereid op hun taak en wij een veilig behandelklimaat voor de cliënten willen waarborgen, zullen we het komende halfjaar vanuit De Brug investeren in het inzetten van ervaringsdeskundigen. Naast tijd en mankracht, die daarvoor nodig zijn, is gebed een belangrijke ondersteunende factor. Bidt u met ons mee?

Anouk van Tooren

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

J.W. Ypma

REDACTIE

J.F.A. Démoed
D. Lukkien

A. Smit (eindredacteur)
C.B. Veldhuijzen
J.W. Ypma

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.

IBAN NL55RABO0331865165

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

