[DeSleutel] magazine

bpost
PB-PP | B-10273
BELGIE (N)-BELGIQUE

Het drukken van dit magazine wordt ons gratis aangeboden door drukkerij die Keure, dit uit sympathie voor de vele donateurs.

66

driemaandelijks tijdschrift | Nummer 66 | 2021 | april, mei, juni
Verantwoordelijke uitgever: Damien Versele, Ebergiste de Deynestraat 2C, 9000 Gent
Ond. nummer: 0406.633.304
P509261 | Afgiftekantoor Gent X

Op de sofa bij dr Annemie Vrijders en dr Ludo Vanmarsnille

"Laat ons het traject-denken nog beter maatschappelijk uitdragen"

www.desleutel.be

Damien Versele
Algemeen directeur De Sleutel

[DeSleutel]

MENSEN KANSEN GROEIEN

In dit nummer

2 **Editoriaal**

3 **Met de lancering van HOOS start Weerwerk een nieuw circulair verhaal**

6 **Nieuwe therapieruimte voor de Therapeutische Gemeenschap Gent**

8 **Onze temperatuur meten**

9 **Welzijn op het werk:** *in gesprek met een collega*

10 *Op de sofa bij het uitzwaaien van 2 wijze artsen* **"Laat ons het traject-denken nog beter maatschappelijk uitdragen"**

14 **Cannabisbeleid: het begin van een nieuw tijdperk?**

15 **Stigma in beeld of niet?** *Bekijk de pakkende getuigenis op onze website*

16 **Artevelde on tour bezorgt bewoners een dag vol fun en beweging**

MIX
Papier van verantwoorde herkomst
FSC® C009115
FSC www.fsc.org

Editoriaal

U hebt het ongetwijfeld de voorbije weken en maanden gemerkt. Dit jaar is "verslaving" het thema van Te Gek!?, een organisatie die ijvert om het taboe rond psychische kwetsbaarheid te doorbreken. Het blijkt dat het stigma, dat aan mensen met een verslaving kleeft, hardnekkiger en ernstiger is dan bij andere psychische aandoeningen. Te Gek! Roes(t)? wil dat helpen doorbreken. De Sleutel is zich al langer bewust van de last die stigma meebrengt voor mensen met een verslavingsproblematiek. Hoe kon De Sleutel haar steentje bijdragen om dit thema in de kijker te zetten in coronatijden? Bekijk het filmpje waarmee Eric "stigma in beeld" helpt brengen door zijn verhaal te delen. Hij rondde een aantal jaar geleden het programma succesvol af in de therapeutische gemeenschap in Merelbeke en volgt nu de opleiding ervaringsdeskundige in Gent. Hoe heeft Eric de hulpverlening ervaren, hoeveel begrip vond hij in zijn omgeving, wanneer woog de druk van het stigma het zwaarste? Hou onze mediakanalen in de gaten: er volgt nog een filmpje met een getuigenis.

"Binnen de verslavingszorg en bij de uitvoering van de kernopdrachten profileert De Sleutel zich door een persoonlijke, deskundige en verbonden aanpak. Deze kernwaarden maken we concreet binnen onze samenwerking met cliënten, met medewerkers en met zorgpartners." Dit is de kern van de identiteitsverklaring van De Sleutel die in oktober 2019 in het kader van het verandertraject werd bekendgemaakt. Deze waarden willen we uitdragen. In dit nummer laten we 2 artsen uitgebreid aan het woord. Na een goedgevulde carrière blikken dr Ludo en dr Annemie terug en zetten ze deze uitdagingen nog eens extra in de verf: "Laat ons het traject-denken nog beter maatschappelijk uitdragen". Lees het interview op blz 10.

In tijden van corona sleutelen aan de fundamenten van je organisatie, het is geen evidente opdracht. Zeker als dit gecombineerd wordt met de uitrol van een digitaal patiëntendossier, dat in één beweging ook de registratie, boekhouding en facturatie meeneemt. Het hoeft dan ook niet te verwonderen dat de (technologische) vernieuwingen in 2020 voor extra stress zorgden, zo leert een interne welzijnsbevraging (lees resultaten op blz 5-6). Als directie gaan we verder aan de slag met de inzichten en meten we regelmatig opnieuw de temperatuur. Het gezamenlijk reflecteren over wat ons energie blijft geven in de job is een absolute prioriteit.

We openen dit nummer op de pagina hiernaast met de lancering van HOOS door onze zusterorganisatie Weerwerk. Met de opstart van een eigen productielijn start een nieuw circulair verhaal voor dit maatwerkbedrijf. Dit heeft ook een meerwaarde voor De Sleutel. Er ontstaan immers extra (bvb creatieve) mogelijkheden inzake activering richting arbeidsmarkt.

Maak verder kennis met de realisatie van een nieuwe therapieruimte. Het was een werk van lange adem omdat de infrastructuur in de therapeutische gemeenschap Gent ingrijpend diende te worden aangepast. Diverse projectaanvragen werden ingediend om de investering te kunnen financieren. Dankzij de steun van onze donateurs geraakte de financiering rond. Dankjewel!

Tot slot kan je kennismaken met een nieuwe visietekst omtrent cannabisbeleid (zie blz 14). Deze tekst kwam tot stand binnen de adviesgroep cannabisbeleid van het Vlaams expertisecentrum Alcohol en andere Drugs (VAD). In de visietekst ligt de nadruk op de streefdoelen van een beleid voor cannabis als genotsmiddel, vanuit het perspectief van de bescherming van gezondheid en welzijn. De Sleutel is lid van dit bestuursorgaan van VAD en onderschreef de visienota.

We wensen u binnenkort een deugddoende vakantie
Veel leesgenot

Met de lancering van HOOS start Weerwerk een nieuw circulair verhaal

Bij onze zusterorganisatie Weerwerk leefde al langer de droom om een eigen product te maken. Het wou als maatwerkbedrijf aan de slag gaan met de reststroom van materiaal die normaal wordt weggegooid en verbrand. Een circulair verhaal schrijven door materialen op te pikken – zoals bache – en om te vormen tot nieuwe producten. Maar kan je met die productie een business uitbouwen die voldoende levensvatbaar is?

Hoe het begon

Een ateliermedewerker met ervaring uit zijn thuisland, een bevriende ontwerpster van tassen die zich aanbiedt om samen een collectie uit te bouwen, en veel goesting ook bij de medewerkers zelf om creatief aan de slag te gaan. Het bleef echter wachten op centen: subsidieaanvragen om dit innovatief project te lanceren werden eerst niet goedgekeurd, uiteindelijk wel. En toen kwam Johan Bonner op de proppen. Een goede match.

Johan Bonner: "Het idee voor die bachetassen was nieuw voor Weerwerk, maar niet voor de wereld. Maar als er een goed idee op tafel ligt, kan ik een business uitbouwen. Naar een levensvatbaar project bouwen is mijn expertise. Toen in april vorig jaar de wereld als gevolg van corona in crisis ging, ben ik mij gaan richten op de sociale economie. Dat was een bewuste reflex. Ik was toe aan een nieuwe uitdaging. Dankzij mijn werk rond kleeftextiel bij Squid maakte ik kennis met het maatwerkbedrijf Nevelland (*nu Mirto, nvdr*). En ik was zeer aangenaam verrast. Ik dacht onterecht aan lage kwaliteit, ver van de economische context. Vandaar dat ik niet getwijfeld heb om te solliciteren op de vacature voor projectmanager bij Weerwerk."

Johan Bonner (links op de foto): *Vandaag werken er in het naaiatelier in Roeselare 4 à 5 mensen. Op weekbasis maken ze gemiddeld 35 tassen uit gerecycleerd materiaal.*

Waarom deze ambitie om zelf een product te maken?

"Circulair wordt het nieuwe normaal. We moeten zorgvuldig omgaan met grondstoffen en materiaal maximaal hergebruiken. Weerwerk neemt hiermee haar sociale verantwoordelijkheid. Dat is logisch: duurzaam handelen zit in de kern van onze missie. We willen daar als bedrijf naar handelen en ons steentje bijdragen om de klimaatdoelstellingen te halen", zo stelt Pieter De Gryse die Groep Weerwerk coördineert. "Maar het zorgt er ook voor dat onze medewerkers en de omkadering trots kunnen zijn op wat we doen. En dat mag ook. Weerwerk levert kwalitatief mooi werk. En dat kunnen we dankzij onze tassen in de kijker zetten".

De coördinator van het atelier Stijn (rechts op de foto) formuleert het nog anders: "De meeste opdrachten die wij in het atelier uitvoeren, resulteren voor onze medewerkers van het atelier in onzichtbare producten voor onzichtbare klanten. Nu gaan ze een tas maken, die ze kunnen meenemen naar huis, die ze kunnen laten zien of aan iemand cadeau geven, ze kunnen aan hun zoon zeggen daar heb ik toe bijgedragen. Die fierheid is een grote meerwaarde."

Jullie collectie krijgt de naam HOOS?

Johan Bonner: Klopt. We zochten een korte, krachtige naam, die ook visueel mogelijkheden biedt. HOOS is een woordbeeld, maar verwijst ook naar een natuurfenomeen dat materiaal verzet. Wat wij doen is ook materiaal verplaatsen van de ene naar de andere plaats. Dat moet onze tweede natuur worden.

Hoe geraakte je ervan overtuigd dat dit circulaire verhaal levensvatbaar is voor Weerwerk?

Johan: Enerzijds omdat er meer dan voldoende materiaal beschikbaar is, namelijk bache die vandaag nog te vaak vernietigd wordt. Bovendien is heel veel van dat materiaal

echt uniek en wordt het veelal amper een paar dagen gebruikt. Denk bijvoorbeeld aan evenementen als de Ronde van Vlaanderen, beursevents, festivals, ... Eigenlijk is die bache sterk genoeg om maandenlang buiten te hangen. Anderzijds zien we een stijgende behoefte bij bedrijven om iets te doen om de sociale economie te ondersteunen. We krijgen regelmatig de vraag van bedrijven of Weerwerk iets met hun afvalstroom kan doen, om de circulaire cirkel rond te maken. Concreet denk ik aan cinéma Sphinx dat zware tijden kende met corona. We zijn naar hen toegestapt en vandaag is hun grote stock aan filmposters een inkomstenstroom voor hen geworden. Ze speelden al met het idee, maar wisten niet dat dit kon. Nu maken we unieke tassen met hun posters.

Jullie mikken niet alleen op cultuur?

Johan: We hebben verschillende deelmarkten voor ogen: inderdaad cultuur en musea omdat we daar mensen bereiken die steeds op zoek zijn naar nieuwe producten. Bij ons is elke tas uniek. En zo kom ik op het grote belang van ons circulaire verhaal. Al heel wat bedrijven denken samen in diezelfde richting: we moeten met zijn allen minder producten aankopen en materiaalstromen veel langer gebruiken. Bekijk het als een oorlog tegen de goedkope wegwerpproducten die uit het Oosten komen. De internationale handel kampt als gevolg van corona steeds vaker met bevoorradingsproblemen van goederen uit o.a. China. We moeten af van die afhankelijkheid. En de circulaire economie en upcycle toepassingen zijn een heel goed antwoord om een deel van die duurzaamheidsbehoefte in te vullen. Maar verder mikken we ook op bedrijven die elk jaar op zoek gaan naar een leuke verrassing voor hun medewerkers (eindejaar, secretaresse dag, sinterklaas,...) of op zoek naar VIP-pakketten voor hun klanten. Ook daar proberen we de circulaire boodschap binnen te krijgen.

Voor de verkoop richt Weerwerk zich niet rechtstreeks tot de consument?

Johan: Niet in eerste instantie. We mikken voor het grootste deel van onze omzet op BtoB (bedrijven, overheden en groepsaankopen), waar we een veel lagere cost of sale hebben. Bij voorkeur vertrekken we van de eigen reststroom die ze hebben die we tot op een zeker niveau kunnen personaliseren tot een tas of accessoire.

Er zijn reeds andere spelers die tassen hergebruiken. Hoe heb je dit aangepakt en hoe maak je het verschil?

Johan: We zochten een niche in de markt en kozen voor een beperkte collectie unieke tassen: een schoudertas, een shopper, een stevige waterdichte fietstas, een pennenzak,... Gaandeweg vulden we dit aan met kleine accessoires zoals een sleutelhanger. We blijven immers investeren in die ontwikkeling en zoeken ook naar producten die deels industrieel in grotere volumes vervaardigd kunnen worden en met een deel handenarbeid kunnen worden afgewerkt. Wie zou er als herinnering geen gadget willen kopen gemaakt van promomateriaal van een Tomorrowland-festival? Op die manier onderscheiden we ons, breiden we het assortiment uit met leuke gimmicks en hergebruiken we onze overschotten.

Vooraf zijn we uitgebreid in gesprek gegaan met een aantal ateliers. Het zou dom zijn om dezelfde beginnersfouten te maken als onze concurrenten in het verleden. Op die manier zijn we veel dingen te weten gekomen: wat werkt en wat niet, kloppen onze assumpties, hoe organiseer je uw atelier, wat voor machine heb je nodig. Dankzij die contacten konden we trouwens een speciale naaimachine voor zware bache tweedehands aankopen, waardoor we sneller van start konden gaan. Ik wil het iedereen aanraden: kijk niet naar concurrenten met een vijandige blik. Je kan veel meer leren als je kort uitlegt wat je van plan bent. Onze concullega's zijn eigenlijk partner in een groter duurzaam verhaal. In de toekomst moet de sociale economie evolueren naar netwerken van partnerbedrijven die naar de reguliere economie op grote schaal diensten kunnen verlenen. Vandaag zitten maatwerkbedrijven te veel vast in micro dienstverlening. Een groot stuk van de markt bereiken we niet. Ketens als H&M in de mode-industrie slaan straks – omdat ze voelen dat het moet – de richting van circulariteit in. Als zij een deel van hun assortiment circulair wil maken, dan is er vandaag geen speler voorhanden die een oplossing heeft. Als er een netwerk is kunnen we vanuit één stem naar die bedrijven toestappen. De maatwerkbe-

drijven kunnen u die hoge volumes leveren. Daar liggen veel tewerkstellingskansen. Een ander inzicht uit de verkennende gesprekken waar we mee aan de slag zijn gegaan, situeert zich superlokaal. Als maatwerkbedrijf moeten we nog beter elk in onze eigen achtertuin bekijken welke reststromen en welke behoeftes er zijn,... Ook daar liggen groeimogelijkheden rond verkoop en aanvoer van materiaal.

Was corona een drempel bij de opstart?

Johan: We zitten een beetje achter op schema. Corona was inderdaad een spelbreker. Ook al konden we dankzij de productie van mondmaskers op grotere schaal werken. Dat was interessant om de skills van de mensen beter te kunnen inschatten. Maar de cultuursector ligt stil. De markt van de evenementensector grotendeels aangetast. Lokale overheden zijn voorzichtig. Bedrijven in het algemeen zitten in overlevingsmodus. Anderzijds kan ons aanbod helpen om medewerkers mee te krijgen in dit verhaal. Kleine gadgets kunnen hierbij helpen.

Naast BtoB mikken we ook op verkoop rechtstreeks aan de consument. Het is beter om op twee benen te staan. Ook al weten we dat we in de kleinhandel en via een webshop met veel minder marge moeten werken. Bovendien is het in deze coronatijden moeilijk te voorspellen hoe de retailhandel zal evolueren. Ik weet uit ervaring dat het niet evident is om een winstgevende webshop uit te bouwen. Je zit met kosten logistiek, klantencontact,... We willen met HOOS een (klein) merk bouwen voor mensen die op het einde van het jaar een circulair cadeautje willen geven. Onze balie openzetten om langs te komen, ook al hebben we een resem unieke tassen, is niet haalbaar. We zien onze webshop eerder als een efficiënte manier om vrienden en kennissen te bedienen. Ik ben nieuwsgierig hoe dit gaat draaien.

Leerproces

Johan: De realiteit is dat we als maatwerkbedrijf ook voordeel kunnen halen uit de uitbouw met de achterkant van zo'n webshop. Velen verdienen met die logistiek hun boterham. Als we dit voor onszelf kunnen, dan kan dit ook worden uitgebreid als dienstverlening naar derden. Bovendien heeft een deel van ons personeel een affiniteit met dat digitale verhaal. Op die manier is het een goede aanvulling op de handenarbeid die we vooral aanbieden. In de opstartfase organiseerden we productieproefdagen. Een model maken en aantallen op het vereiste kwaliteitsniveau krijgen, vraagt immers tijd. De proefmodellen nodig om onze mensen te trainen bieden we voor een prikje aan de eigen medewerkers. Op die manier maken we er ambassadeurs van.

Wat zijn de plannen en uitdagingen voor de toekomst?

Johan: Het opbouwen van de merkbekendheid voor HOOS is de grootste uitdaging, maar we willen ook werk maken van de uitbreiding van ons gamma met producten. Ik denk bijvoorbeeld aan specifieke sporttassen voor een bepaalde sport. Ik vind dat we ook onderzoek moeten doen rond het verduurzamen van tassen aan de hand van *servitisatie*. Stel je voor dat je de tas niet meer koopt, maar huurt en ze kan omruilen als je een andere wenst. Een grote uitdaging voor ons atelier is nu de implementatie van de webshop. Dat is een totaal nieuwe activiteit. We bouwen een fotostudio, nemen foto's van onze producten. Dat is een investering die op termijn kan renderen. Het is ook een extra takenpakket. En dat brengt wel wat spanning met zich. Een andere horde is het op tijd volumes klaarkrijgen, naar deadlines werken. Een vaderdagcadeau moet tijdig opgeleverd worden. En die productie moet in balans zijn met de zorg voor onze mensen. En tot slot willen we ook de fierheid op ons nieuw merk bij de medewerkers aanwakkeren. Als onze medewerkers met eindejaar ons laatste nieuwe HOOS-product cadeau willen geven dan zal ik tevreden zijn. En moesten meer maatwerkbedrijven onze sprong kunnen maken, dan kan kunnen we ook het landschap wijzigen. De circulaire economie kan een hefboom zijn voor de sector, niet alleen om vooroordelen weg te werken maar ook om veerkrachtiger te worden en minder afhankelijk. We moeten durven evolueren naar dienstverlening en entrepreneurial spirit.

Johan Bonner is zelfstandig product and business developer. Hij studeerde Productontwikkeling (Hogeschool Antwerpen) en specialiseerde zich aan de Vlerick-school. Startte loopbaan bij Samsonite, was 9 jaar actief bij ontwerpbureau Pars Pro Toto. Hij werkt sinds 5 jaar zelfstandig voor Squid. Voor dat bedrijf bouwde hij, startend van het idee van een staaltje kleeftextiel, een hele business uit. Zijn interesse voor de maatwerkeconomie ontstaat dankzij een samenwerking met het toenmalige Nevelland (na fusie met Revam uit Eeklo gefusioneerd tot Mirto).

Tekst: Paul De Neve / Foto's: Francesca Van Daele

Nieuwe therapieruimte voor de Therapeutische Gemeenschap Gent

Op de campus Guislain in Gent heeft de Therapeutische Gemeenschap voor dubbeldiagnose Gent (TGG) bijna 20 jaar geleden zijn intrek genomen in de voormalige pvt[1] ruimte. Intussen is er heel veel veranderd. De gebouwen kregen een *make over* en stralen warmte en gezelligheid uit. Onlangs werd de therapieruimte vernieuwd. Vernieuwd is bijna oneerbiedig, want de ruimte kreeg een herbestemming, werd verplaatst en beantwoordt nu aan veel noden binnen de werking van TGG.

Voorheen was er een circulatie probleem: je moest namelijk door deze ruimte om de slaapkamers te kunnen bereiken. Er werden vele plannen bedacht die niet uitgevoerd konden worden door de beschermde gevels en ramen. Er werd een oplossing gezocht die ook rekening houdt met de digitale evolutie, met geïntegreerde beamer en verduisteringsmogelijkheden. De nieuwe therapieruimte is te vinden waar voorheen de ontspanningsruimte was. De vroegere therapieruimte is nu de nieuwe fitnessruimte (zie ook foto's). Ik ga in gesprek met 2 bewoners en met Marthe en Olaf van de staf.

Wat doe je in deze therapieruimte?

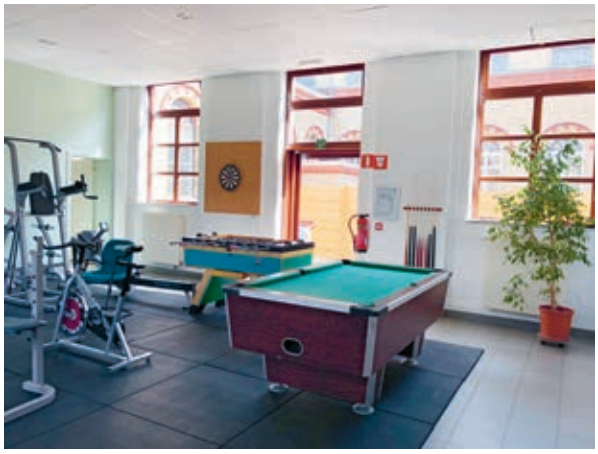
Het is een veel gebruikte ruimte. TGG is opgebouwd als een groepsprogramma. Er gebeurt veel in groep: gespreksgroepen (psychotherapie, encountergroep, buitengroep), psycho-educatieve groepen (seminars en hervalpreventie), lichaamsgerichte groep (mind & body), formele informatie wordt hier gegeven aan de hele groep.

De therapieruimte kan ook gebruikt worden om tot rust te komen, even weg van de drukte van de groep. Zo kan je er individueel relaxatie oefeningen doen, een boekje lezen, ... Je kan er pingpongen, schaken,... De staf gebruikt de ruimte als eetzaal. In coronatijden wordt deze ruimte gebruikt als extra bezoekruimte. Echt een polyvalente ruimte dus.

Wat gebeurde hier vroeger?

Vroeger was hier de ontspanning- en fitnessruimte. Er stond een zetel, fitnesstoestellen, een voetbaltafel en ook een biljart. Tijdens de pauzemomenten was dit het kloppende hart van de TGG, behalve op zonnige dagen, want dan genieten velen van de grote tuin.

De spanning die soms opgebouwd wordt door in groep te leven, door de gevoelens die weer boven komen, ... kon hier omgezet en afgereageerd worden in gestructureerde ontladingsoefeningen. Dit kan tijdens momenten die vastgelegd zijn doorheen de dag.



"De fitnessruimte op de nieuwe locatie is toegankelijker. Je komt er gewoon voorbij, het is uitnodigend", zo stelt een bewoner.

"De nieuwe fitnessruimte op de nieuwe locatie is toegankelijker. Je komt er gewoon voorbij, het is uitnodigend", zo vult bewoner J.R. aan.

Wat is belangrijk aan werken in groep?

Een therapeutische gemeenschap is een groepsprogramma bij uitstek. Een van de pijlers is de peer-werking. Dit betekent dat iedereen verantwoordelijkheid draagt voor zichzelf en ook voor het welbevinden en vooruitgang van de medebewoners. Als *peer* merk je sneller op wat er speelt, je kan vanuit de eigen ervaring op een ander niveau ondersteunend zijn dan hulpverleners dit kunnen. Peers delen *do's* en *don'ts met elkaar*. Op die manier laat je gedeelde kennis in de weg naar herstel beter circuleren. Info van de oudere bewoners wordt doorgegeven aan de jongeren. Lang niet alles komt dus van de staf. Zij zijn expert op het vlak van verslaving. Een zegswijze in een TG is: "alleen jij kan het, maar je kan het niet alleen". Bewoner J.N. verwoordt het zo: "In groep leven in een TG-programma helpt je door dichter naar elkaar toe te groeien, je wordt gewezen op je blinde vlekken. Je herkent je eigen valkuilen en sterktes door de verhalen van anderen. Door te weten wat een struikelblok is voor een ander kan je een medebewoner beter vooruit helpen. Vaak zie je het sneller bij een ander dan bij jezelf."

"Je houdt elkaar een spiegel voor", zegt bewoner J.R., "wat je zelf al leerde kan de ander vooruit helpen. In groep leven of samen leven in het algemeen, maakt dat er frustraties kunnen ontstaan. Door in groep aan die frustraties te werken, leer je hoe je dat op een veilige manier kan doen. Je leert dat je gevoel er mag zijn en hoe je kan spreken over

De therapieruimte kan ook gebruikt worden om tot rust te komen, even weg van de drukte van de groep.

waar je last van hebt. Ik merk ook dat ik beter in het gevoel kan komen van de ander. Vroeger duwde ik alle gevoelens weg door gebruik."

Heb je een anekdote of een fijne herinnering aan een groepsgebeuren in deze ruimte?

Olaf denkt terug aan een online-event in de therapie ruimte. "Door corona kon een event niet in het echt doorgaan en organiseerden we een "livestream" in de therapieruimte. Staflid-stagiair Laura had aan een project gewerkt rond verenigingen: "haar opdracht was: hoe krijg je buiten binnen en hoe kan je buiten laten resoneren met binnen?". Tijdens die *livestream* stelden verschillende vertegenwoordigers van verenigingen en vrijetijdsorganisaties zichzelf en hun werking voor. Op die manier konden we het aanbod verruimen: van wat je zou kunnen doen, een stapje in de richting van hoe vind je wat je leuk vindt? Het project werkte bovendien in 2 richtingen: enerzijds contact en mogelijkheden aanbieden aan de bewoners en anderzijds verenigingen informeren over onze werking en visie naar gebruik. Intussen zijn een aantal bewoners aan de slag bij Wisper en waren er ook geïnteresseerden voor rugby."

"Ik denk aan een oefening in Mind & Body. De oefening startte met veel weerstand. Ze hadden er geen zin in, het voelde niet goed. Gaandeweg ging iedereen op in de oefening. Er ontstond een *dance battle* met coole breakdance moves. "Marthe glundert terwijl ze dit vertelt en is nog steeds onder de indruk van wat de bewoners allemaal kunnen en hoe krachtig de dynamiek van de groep is.

"In de lichaamsgerichte groep "Mind & Body" merk ik vaak dat ik uit mijn comfortzone moet komen. Ik voel dat ik op deze manier groei in mijn zelfvertrouwen. Ik krijg ook respect van anderen zonder dat ik stoer moet doen." *J.R.*

"Ik herinner me een keer dat we karaoke deden. Zowel bewoners als stafleden hebben gezongen en het beste van zichzelf gegeven. Dat was een fijn moment." *J.N.*

"Ik volg danslessen. Door corona gaan die nu online door. Ik kan die lessen nu volgen via een groot scherm, in de therapieruimte. Het voelt bijna echt. Dat is wel fijn." *J.R.*

Sterke punten aan deze ruimte

- Mooi, zen, warme vloer, gezellige ruimte.
- Verduistering is mogelijk, multifunctioneel.
- Lichtinval, mooi uitzicht naar de pony's en looppiste
- De ruimte is afgezonderd, het is geen doorgangsruimte meer!
- Wegneembare tafels en stoelen.

De realisatie van de nieuwe therapieruimte was een werk van lange adem omdat de infrastructuur in de therapeutische gemeenschap ingrijpend diende te worden aangepast. Diverse projectaanvragen werden ingediend om de investering te kunnen financieren. Dankzij de steun via onze donateurs geraakte de financiering rond. Aanvullend konden we ook rekenen op steun vanwege Cera.

Afdelingshoofd Griet Coghe: "Na ons transitieproject in 2018 (*) waarbij we op zoek gingen naar een manier om onze behandeling aan te passen aan de heel specifieke zorgnoden en behandeldoelstellingen van onze cliënten, beslisten we als team om meer in te zetten op non-verbale methodieken en op lichaamswerk. Onze therapieruimte was vroeger een relatief beperkte kale ruimte zonder faciliteiten. Om dat lichaamswerk te integreren in de therapie moesten er aanpassingen gebeuren aan de infrastructuur."

De nieuwe therapieruimte biedt meer kansen om met deze non-verbale en lichaamsgerichte therapievorm aan de slag te gaan. Aanleiding van dit project is o.m. de toename van psychiatrische problematiek en van zorgzwaarte in de Therapeutische gemeenschap voor dubbeldiagnose Gent.

De middelen van Cera werden aangewend voor het ontwikkelen van non-verbale technieken en lichaamswerk. Het aangekochte materiaal wordt nu ingezet in de therapie "Mind & body". Yogamatten worden gebruikt zowel voor relaxatie als voor eilanden van rust. Er werd ook een set van popjes en symbolen aangekocht om non-verbaal aan de slag te gaan in psychotherapie, zowel individueel als in groep. Er werd tevens geïnvesteerd in de aankoop van gespecialiseerde literatuur als achtergrond om onze methodiek ontwikkeling professioneel uit te bouwen.

cera

Met zo'n 400.000 vennoten is Cera de grootste coöperatie van België. Cera brengt mensen, middelen en organisaties samen, bundelt krachten, neemt initiatieven en realiseert waardevolle projecten met een duidelijk doel: samen investeren in welvaart en welzijn.
Ook jij kunt deel uitmaken van Cera! Check www.cera.coop

(*) https://www.desleutel.be/professionals/item/2773-therapeutische-gemeenschap-voor-dubbel-diagnose-versie-2-0

(1) Psychiatrisch verzorgingstehuis, nu gehuisvest in de Lorkenstraat.

Onze temperatuur meten

Om te weten of we gezond en wel zijn is het goed om af en toe onze temperatuur te meten. Dat is ook zo voor groepen en organisaties. Hoe is het gesteld met het welzijn van ons allen in De Sleutel? Wat loopt goed en wat kan beter? Als thermometer gebruikten we eind 2020 een bevraging van PROSE, het kwaliteitsopvolgingssysteem dat we sedert 2014 gebruiken (*). Deze bevraging brengt ons welzijnsbeleid in kaart en meet het welzijn bij medewerkers en hun leidinggevenden.

We zijn gelukkig gezond! We scoren (zeer) goed op vlak van relatie met collega's, goed op werkomstandigheden, werkinhoud en verantwoordelijkheid, en voldoende tot goed op het vlak van relatie tot het beleid en de leidinggevenden. De resultaten bij leidinggevenden en medewerkers liggen in dezelfde lijn, maar wel met andere accenten qua prioriteiten om aan te pakken.

Het is gedurfd om in tijden van corona, organisatiewijzigingen én tijdens de hobbelige uitrol van een digitaal patiëntendossier (Obasi), dat in één beweging ook de registratie, boekhouding en facturatie meeneemt, een bevraging over welzijn op het werk te lanceren. Daarvan getuigen enkele collega's in de bevraging:

> *"Zaken die een invloed hebben op mijn energie: caseload, zwaarte van de dossiers, administratieve verplichtingen, veel zaken waar er rekening mee moet worden gehouden, Obasi, corona, constante veranderingen en verschuivingen, een takenpakket dat alsmaar groter wordt,...*
>
> *"Dikwijls een strijd tegen de tijd waardoor je op het einde van de werkdag moeilijk kunt loslaten. Dit kost veel energie."*
>
> *"Ik moet wel de stress die er omwille van het verandertraject bij de collega's heerst, opvangen. We moeten veel geduld oefenen, het traject duurt lang, het gevoel van onzekerheid bij de teams sleept aan."*

Het is zeker zo dat we nogal wat stress ervaren hebben in 2020. Als we er met collega's en leidinggevenden kunnen over spreken, vergroot de kans dat we samen wegen vinden om de stress te reduceren en de energiebalans in het werk te blijven vinden.

De wens om regelmatig te kunnen bijtanken en olie op de machine te laten lopen via intervisie, supervisie, functioneringsgesprekken en door leeromgevingen te scheppen, is groot.

Het gezamenlijk reflecteren over wat ons energie blijft geven in de job is een absolute prioriteit, zo blijkt uit de antwoorden van meer dan 100 collega's.

> *"De sfeer op het werk is doorgaans goed. We durven bij elkaar ons oor te luisteren leggen, raad vragen/geven, persoonlijks issues te bespreken, maar dat is op sociaal vlak. Als de sfeer minder is in team komt dit doorgaans door een gedeeld thema. We komen er samen dan ook wel uit."*
>
> *"Ik denk dat we voldoende vrijheid krijgen om onze job uit te oefenen. Ik vind dit ook echt een meerwaarde doordat er diversiteit bestaat in het team. Het zou fijn zijn als we deze vrijheid vast zouden kunnen blijven houden, dit verhoogt naar mijn aanvoelen de werkvreugde."*
>
> *"Op deskundigheidsbevordering kan zeker nog meer worden ingezet."*
>
> *"Er wordt binnen de afdeling autonomie gegeven om bij te leren, maar er zijn ook heel wat voelbare externe verwachtingen (vb administratie en caseload) waardoor er een tijdsdruk wordt gecreëerd en bijleren minder evident wordt."*
>
> *"Onze job is vrij belastend. Zelfzorg voorop stellen maakt dat ik er goed mee om kan."*

Wat treft is dat we blijkbaar als groep kunnen steunen op elkaar, dat er basisvertrouwen is dat er voor zorgt dat de relatie tussen collega's hoog scoort in dergelijk soort bevraging. We voelen ons als collega's gerespecteerd en gewaardeerd en geven aan dat we begrip en ondersteuning van elkaar ervaren.

Topprioriteit voor alle medewerkers is duidelijk de wens om professioneel te ontwikkelen: het item "*via bijscholing en vorming mijn competenties en specifieke vaardigheden op peil houden of mij te verbeteren voor het werk dat ik doe*" wordt door ruim één derde van de collega's als grootste prioriteit naar voor geschoven, naast meer mogelijkheden tot bijleren en loopbaankansen.

Aandachtspunten voor leidinggevenden zijn stress bij technologische vernieuwingen en administratieve last, terwijl we bij de medewerkers naast de topprioriteit van bijscholing ook de beleidsvoering en het houden van functioneringsgesprekken onthouden.

We gaan samen verder aan de slag met deze inzichten om verder gezond te blijven. Zo meten we regelmatig opnieuw om te zien hoe het met onze temperatuur is gesteld. Hoe mooi zou het zijn om bij een volgende meting overvloedig volgende feedback te lezen:

> *"Ik ben helemaal tevreden. Ik zeg tegen mijn vrienden altijd: Ik heb de beste job van de planeet en ik zou me niets anders zien doen."*

(*) PROSE behoort tot het portfolio van het agentschap AQARTO dat als doel heeft het ontwikkelen, verspreiden en ondersteunen van duurzame integratieve kwaliteitszorg in nonprofit-sectoren en de sector van sociale economie.

Koen Dhoore

Welzijn op het werk:
in gesprek met een collega

Er werden binnen De Sleutel tussen december 2020 en januari 2021 drie welzijnsbevragingen georganiseerd: één rond welzijnsbeleid, één rond welzijn bij leidinggevenden en één rond welzijn bij medewerkers (lees ook blz 8). We gingen in gesprek met Sarah Vanden Bergh (30), onthaalmedewerkster en administratieve-logistieke ondersteuner in Dagcentrum Antwerpen. Wat is dat voor haar, welzijn op het werk en welke zaken bevorderen of belemmeren het?

Sarah vertelt dat de coronapandemie er wel op ingehakt heeft. *"Veel contact met collega's verdween en organisatorisch was het – zeker in het begin - soms echt moeilijk."*

Voor ze in De Sleutel kwam, werkte Sarah o.m. als animator in een rusthuis en als dramatherapeut in de psychiatrie. Ze was, tot corona om de hoek kwam loeren, ook in bijberoep actief in het theaterwezen. Sarah is gelukkig in haar huidige job, maar was wel ongelukkig in vorige functies. Ze spreekt dus uit ervaring als ze zegt dat ze weet hoe belangrijk het is om je goed te voelen op je werk. Toen ze koos voor deze bureaujob vreesde ze dat dit misschien niets voor haar zou zijn, maar dat bleek anders uit te draaien. Ze noemt het zelf de beste beslissing in haar leven. "*Onthaalmedewerker zijn is een hele leuke functie. Je job graag doen, geeft je rust, je geniet zoveel meer van al hetgeen ernaast, in je privéleven."* Haar huidige job toont dat ze ook andere talenten heeft. Plannen en organiseren bijvoorbeeld, terwijl ze daar op voorhand nooit had over nagedacht, maar: *"Het is niet omdat je ergens goed in bent, dat je het persé graag doet."*

Welzijn op het werk formuleert Sarah als *"je fysiek en mentaal goed voelen op het werk"*. Het fysieke aspect zijn de kleine dingen: een laptopverhoger, nieuwe bureaustoelen, hoge bureaus waaraan je zowel kan zitten als staan,... Er wordt in de afdeling steeds naar haalbare oplossingen gezocht op dat vlak. Het mentale aspect is crucialer voor haar. Dat heeft te maken met de sfeer tussen collega's, de humor die aanwezig is en band die je met elkaar hebt. *"Dat je gezien wordt als de mens die je bent"*. Het gevoel hebben dat je bij mensen terecht kan is voor haar het allerbelangrijkste. Ze vindt het ook aangenaam om in een relatief klein team te werken waardoor je elkaar beter kent en meer ondersteuning biedt, ook bij mindere momenten. *"De recente veiligheidsrondgang bijvoorbeeld was stresserend en de spontane hulp die collega's aanboden was erg fijn."* Ook banale dingen dragen bij. Een rijmpje neerschrijven op de servetten bij de koffiekan bijvoorbeeld, of een mailtje met de boodschap: *Je bent top, wat zou ik zonder jou doen?* Die appreciatie motiveert haar om ook zelf zaken te ondernemen die het teamgevoel versterken.

Onthaalmedewerkers worden in het dagcentrum betrokken bij bepaalde beslissingen. *"Op een teamdag betrekken ze ons echt en dat is heel fijn. Ze zouden dat in principe kunnen overlaten aan de begeleiders."* Sarah heeft een zekere autonomie in haar werk en dit draagt bij tot haar welbevinden op het werk. *"Ik vind het fijn dat ik in zekere mate mijn taken zelf kan plannen."* We hebben het in ons gesprek ook over de *work-life balance*. Ze is heel blij dat haar uurrooster goed aansluit met dingen die ze doet in haar privéleven. Ook het feit dat ze haar job na de uren kan loslaten draagt volgens haar bij.

De coronapandemie heeft er wel ingehakt. "*Veel contact met collega's verdween en organisatorisch was het – zeker in het begin – soms echt moeilijk."* Ook bepaalde transities, zoals Obasi, zorgen soms voor frustraties maar ze gaat er wel goed mee om, zegt ze zelf. Ook de caseload is een thema dat voor spanningen zorgt. "*De druk bij de begeleiders ligt heel hoog. Ik ben blij dat ik uiteindelijk een andere functie heb gekozen."*

Het onthaal is de plaats waar cliënten zich aanmelden, maar ook waar collega-begeleiders ventileren of blijven hangen als cliënten niet komen opdagen. *"Ik zeg altijd dat ik de begeleider van de begeleiders ben."* Soms is het luisteren naar collega's wat vermoeiend in combinatie met een drukke onthaaldag. Hoe ervaart ze dan de werkdruk? Er is zeker genoeg werk, maar ze denkt ook dat het hier en daar wat efficiënter kan. *"Ons werk is nooit gedaan, maar ik ervaar dat niet persé als een grote druk. Het feit dat ik bepaalde dingen, zoals complexe vragen van mutualiteiten, kan doorsturen naar mijn collega zorgt ervoor dat ik minder stress ervaar, alhoewel ik dat wel graag zou kunnen beantwoorden, op termijn."*. Sarah heeft er vertrouwen in: *"hoe langer we samenwerken hoe meer we op elkaar afgestemd zijn."*

Sarah is blij met de verantwoordelijkheden die ze momenteel heeft en het feit dat ze 4/5 werkt, verschaft voldoende werkzekerheid.

Giovanni Laleman

Op de sofa bij het uitzwaaien van 2 wijze artsen

"Laat ons het traject-denken nog beter maatschappelijk uitdragen"

Het voelt onwennig om 2 artsen met een lange staat van dienst in deze coronatijden zonder dankmoment te moeten uitzwaaien. Dr Ludo Vanmarsnille en dr Annemie Vrijders hebben samen ruim 50 jaar op de teller in De Sleutel. We zijn heel dankbaar als organisatie voor hun jarenlange inzet en willen met dit interview hun expertise en wijsheid delen met onze lezers.

"Het woord van de arts in De Sleutel is niet zo bepalend als in een ziekenhuis", zo begint Ludo wat off the record. Tijdens het gesprek met hem en Annemie wordt nochtans duidelijk dat de medische component in het multidisciplinair werk van de afdelingen van groot belang is. Tussen de lijnen van hun verhaal onthou ik dat je door de combinatie van die medische en psychosociale focus kan voorkomen dat er tunnelzicht in de behandeling binnensluipt, of dat diagnoses zoals kliërkoorts of hepatitis C te lang onder de radar blijven als een patiënt lusteloos lijkt of niet uit de zetel geraakt. De toon is gezet voor een geanimeerd gesprek...

Ludo en Annemie zijn gestart als huisarts en zaten al samen in de aula in 1973 tijdens hun eerste kandidatuur geneeskunde aan de UGent.

Annemie: Het ambitieuze motief waarmee ik in 1973 voor de studie geneeskunde koos, ontleende ik aan een passage uit het eerste boek van Virginia Woolf "De uitreis". Daarin zegt Mr. Dalloway: "Mocht ik enerzijds niet hebben bereikt wat ik van plan was en wie bereikt dat wel? Dan kan ik anderzijds wel met recht zeggen dat ik mijn ideaal nooit heb verloochend. Mijn ideaal was "medische zorg toegankelijk maken voor iedereen voor wie die toegang moeilijk was, meestal om sociale redenen". Dat zat al in mijn hoofd toen ik 16 jaar was. Aanvankelijk ging ik werken in een Centrum voor Geboorteregeling en Seksuele Opvoeding. Anticonceptie voor tieners was toen lang nog niet evident. Ik was al huisarts, had al lesgegeven in een verpleegsterschool in Leuven. De behandeling van mensen met een drugsverslaving stond nog in de kinderschoenen. In 1993 erkende het RIZIV de eerste centra. Project Lama in Brussel en Dagcentrum Antwerpen gingen uit de startblokken. Ik solliciteerde er omdat ik deze doelgroep wou helpen. Op mijn eerste werkdag in april 1993 werd ik in het dagcentrum ontvangen door dr. Jan Bleys die daar toen als psychiater werkte. Hij introduceerde mij en gaf me een patiëntenlijstje met de gevleugelde woorden: "Hier heb je een lijstje met 20 heroïneverslaafden. Stel ze in op methadon en ziet dat ge geen doden hebt. Ge zijt dokter, zoek het maar uit." Een paar maanden later behandelden we in ons ambulant centrum reeds 90 heroïneverslaafden. De rest is geschiedenis. In het begin was er amper een duidelijk wettelijk kader hiervoor. Ik maakte in Antwerpen snel kennis met Annemie Delooze. Niet veel later werd er een extra centrum opgestart in Mechelen. De 2 Annemiekes trokken er naartoe. Eerst in De Speeckvest, dan in de F. de Merodestraat.

Ludo: Bij mij lag het iets anders. Ik begon ook als huisarts maar startte deze studie meer uit een soort idealisme. Na een tiental jaar besloot ik me op de sociale geneeskunde in al zijn facetten te gaan focussen. En dus ook op personen met verslaving. Ik was op dat moment reeds aan het werk voor volksgezondheid in het Brugse. Ik hield me bezig met arbeidsongevallen bij overheidspersoneel, met toezicht op kinderen van de schippersschool, aanwervingsonderzoeken voor chauffeurs, piloten in opleiding... En eind 1993 reageerde ik op een vacature in het net opgestarte dagcentrum in Brugge. Men zocht er een arts om de methadonverstrekking regulier te maken. Het ging om een beperkt aantal uren en ik werkte onder een vrijwilligersstatuut. Voor mij was het vooral uit nieuwsgierigheid, eigenlijk was ik op vlak van verslaving nog een complete leek. Anticiperend op het feit dat ik drie pubers had, wou ik zicht krijgen op wat er in de wereld omging. Als arts was ik toen ook al heel actief in het buitenland. Ik trok regelmatig op missie veelal naar Afrikaanse landen, in opdracht van Artsen zonder Grenzen, de Verenigde Naties,... Die projecten kon ik vlot combineren met mijn werk bij volksgezondheid. Dat was één van de redenen waarom ik gestopt ben als huisarts. Vrij snel na mijn start in het dagcentrum te Brugge maakte ik de overstap naar het CIC. Ik was ook net overgestapt naar de universiteit wat ik combineerde met het Tropisch Instituut. Mijn nieuwsgierigheid evolueerde snel naar echt engagement. Uiteindelijk werkte ik 20 jaar voor het CIC, af toe voor dagcentrum Gent en ook even in TGG dubbeldiagnose. In het begin moest ik me natuurlijk flink bijscholen. We hebben samen nog opleiding gevolgd bij Trimbos in Nederland (Annemie knikt instemmend). Gaandeweg ben ik in mijn job gegroeid. Uiteindelijk heb ik in Nederland als één van de eerste Belgen een officiële erkenning als specialist in de verslavingsgeneeskunde gehaald. Toen dacht ik heel even om in Nederland te blijven, maar dat is er dan niet van gekomen. Ik heb heel veel geleerd in De Sleutel. Psychiatrie was voor mij een nagenoeg onbekend vakgebied. Niet alleen door zelfstudie maar vooral ook door de confrontatie met de mensen en de vele ziektebeelden die we tegenkwamen.

Is jullie blik op de patiënt geëvolueerd in die jaren?

Annemie: Neen. Je wordt natuurlijk meer ervaren. Ik heb altijd veel aandacht besteed aan het levensverhaal van de cliënt. Ik gaf vertrouwen en daardoor vertrouwden ze mij.

dr Annemie Vrijders:
"Contingency Management is ambulant de meest effectieve methodiek, maar moet op het juiste moment worden aangeboden en vraagt veel discipline van het team"

Maar ik was streng en rechtlijnig op de regels, zeker rond methadonverstrekking. Maar het bleef een hele uitdaging. De klinische beelden van "de verslaafde" evolueerden ook heel snel. Daar bovenop had je dan de dubbel diagnose. Ik voelde me als arts sterk gewaardeerd in het multidisciplinair team, ook al hield ik me niet aan het puur medische. Die ruime blik dank ik aan de therapie opleiding "medische synthese" die ik in de jaren 1980 volgde ik aan de universiteit van Rotterdam. Psychosynthese is de voorloper van wat later Mindfulness is geworden. Ik drong op klinische vergaderingen vaak hard aan op psychosociale begeleiding van de mensen. Dat ik breder keek dan het louter medische en hiermee op het terrein kwam van psychologen en maatschappelijk werkers lag soms gevoelig. Maar gaandeweg werd mijn bijdrage vanuit die holistische visie wel geapprecieerd. Er was wederzijds respect. Als ik terugblik op de vele patiënten die ik opvolgde – sommige 27 jaar lang – wil ik benadrukken dat ze bijna allemaal ten goede geëvolueerd zijn. Niet dat ze 100 % clean zijn. Maar ze zijn gegroeid en allemaal sociaal geïntegreerd. Niemand is in de goot blijven liggen. Mijn boodschap is dan ook: volg de mensen goed op, 5 jaar, desnoods 20 jaar, en ze zullen verbeteren.

Ludo: Vermits ik er als totale leek ben ingestapt, zag ik de cliënt in het begin eerder als een crimineel. Maar al snel dacht ik niet meer in termen van "eigen schuld, dikke bult", en evolueerde dat naar het inschatten van de kansarmoede op vele domeinen, niet alleen financieel, maar evenzeer opvoeding, familiale situatie,... En dat rechtlijnige herken ik wel. In het CIC zag ik de cliënten niet zo langdurig, maar ik zag sommigen terugkeren, soms 5 of 10 jaar later. Tijdens de consultaties merkte ik hoe belangrijk die vertrouwensband is. Cliënten weten dat die rechtlijnigheid eigenlijk in hun eigen belang was.

Nochtans haken cliënten soms af op die vrij rigide regels. "Maar als ze dan later terugkeren, vertellen ze dat het in die andere instelling niet gelukt is, vaak omdat de regels er te vrij waren. Ze beseffen dat ze dat kader nodig hebben". Ludo wijst op het belang om als team op één lijn te zitten. Die gezamenlijke visie vindt hij belangrijk voor de medewerkers én de cliënten die zo beter de manier van werken begrijpen. "De visie maakt ook onze positie in de sector duidelijk. Verwijzers weten dan wat ze bij ons mogen verwachten", zo stelt Ludo.

Annemie vindt het belangrijk dat een cliënt een goede ervaring opdoet in de hulpverlening. Zo zorg je ervoor dat die persoon bij herval zeker terugkomt. Later in het gesprek vertelt ze een anekdote. Een cliënt was gaan tanken in een pompstation dat hij destijds gewapend had overvallen. "Ik ben daarnet zonder te betalen weggereden. Wellicht is dat op camera vastgelegd". Annemie vraagt: "Wat ga je nu doen?" Ze ging langdurig in gesprek met die cliënt. "Ik liet de keuze: Ga je daarvoor een paar maanden in de gevangenis zitten, of ga je gans je leven op de vlucht blijven?"

Ludo: Het komt erop neer dat je cliënten ondersteunt waardoor ze zelf hun eigen keuze kunnen laten. Want vaak kunnen ze dat nog niet zelfstandig.

Tunnelzicht voorkomen

Annemie: Ambulante behandeling moet een combinatie zijn van verschillende methodieken: motivationeel en gedragsmatig werken in combinatie met een Community Reïnforcement Approach (CRA) gekoppeld aan een juiste timing. Dat moet echt goed zitten. Probleem is dat psychologen vaak één "school" volgen (vb systeemtherapeut zijn). Tunnelzicht... Van 2006 tot 2010 pionierde De Sleutel met Contingency Management. Die CM-beloningsmethodiek is in het ambulante de meest effectieve methodiek, maar moet op het juiste motivationele moment starten: als de cliënt klaar is voor de actiefase. Dit vraagt veel discipline van een team. Je moet iedereen mee hebben. Het is zoals mayonaise maken. Alle ingrediënten moeten er zijn, op het juiste moment met de juiste timing en juiste hoeveelheid.

Het productgebruik is gedurende jullie loopbaan fel veranderd. Is het vandaag moeilijker?

Annemie: In het begin zagen we vooral gebruik van cannabis, heroïne, cocaïne, alcohol, tabak. En amfetamine was er ook al. Dat is vrij snel geëvolueerd naar toename van verschillende soorten drugs: ketamine, XTC, methamfetamine, ghb, NSD. De nieuwe synthetische drugs zijn soms minder fysiek verslavend maar zijn vaak toxischer. De ontwenning is gevaarlijker voor GHB, benzodiazepinen,... Vandaar de nood aan detox in aan residentiële setting. Dat klinkt

contra-intuïtief, maar het is zo. Je gaat bijna niet dood van het ontwennen van heroïne. Van ontwennen van alcohol, ghb of benzo's kan dat wel. Heroïneverslaving kan je makkelijk ambulant behandelen met substitutiemiddelen, het kan wel soms 20 jaar duren. Er is echt een paradigmashift nodig: de sterkste verslaving, die aan heroïne, kan je ambulant behandelen, de minder verslavende maar meest toxische moet residentieel, toch voor de detox. Ook merk ik dat dubbel diagnose patiënten nog vaak tussen 2 stoelen belanden. Terwijl de wetenschap al lang zegt dat er een parallelle behandeling moet zijn voor de psychiatrische aandoening en de drugsverslaving. Niet het een na het ander, zoals vaak wordt gedacht. En er is ook echt nood aan traject-denken in het behandelmodel. Er moet een naadloos en aanklampend behandeltraject zijn voor elke cliënt dat vaak zal starten op een spoedopname of bij de ouders, school, justitie. Daar zijn we in De Sleutel al heel hard mee bezig. En dat is goed. Je moet focussen op samenwerking en samenwerkingsakkoorden maken in alle regio's.

Ludo: Ik kan dan alleen beamen.

Als je terugblikt op die lange carrière: wat waren goede herinneringen of moeilijke periodes of beslissingen?

Ludo: Ik kan tientallen voorbeelden geven van succeservaringen.... Een oud-cliënt met partner, en kinderen in de koets die mij op straat aanspreken. Mensen die in het CIC het tuinonderhoud (zie ook foto tuin CIC) doen die zeggen: "Dr Ludo, ken je me nog..." Het doet plezier om te zien hoe mensen zich herpakt hebben in het leven. Maar er zijn pijnlijke herinneringen, bijvoorbeeld met een ervaringsdeskundige die uiteindelijk is afgegleden tot en met suïcide. Ook al had die persoon als groepswerker jaren heel goed gewerkt. Hij was ook heel sterk met de cliënten. Die blijvende kwetsbaarheid... Dat is me altijd bijgebleven. Net als het afscheid van één van onze oudste cliënten zo'n 15 jaar geleden aan de kist in het ziekenhuis. Die persoon was rond zijn 58-ste gestorven na een zoveelste ontwenningspoging en opname. Ik had hem verschillende malen als patiënt gezien. Het waren altijd goede gesprekken en na het programma vertrok hij altijd vol goede moed naar huis. Jammer genoeg leefde hij totaal geïsoleerd. Dat je op het einde van je leven niemand meer overhoudt, heeft me zwaar aangegrepen.

Annemie: Ik herinner me zwangere heroïneverslaafde vrouwen waar het fout mee gelopen is. Maar even goed een modelmoeder waarbij de gynaecologe me achteraf liet weten dat zij versteld stond omdat die vrouw het zo goed gedaan had.

Ludo: Maar er waren ook ethisch-therapeutische zaken waar De Sleutel als organisatie mee worstelde. Zo herinner ik mij het lange gevecht achter de schermen rond methadon in het residentiële. Destijds kon een cliënt pas doorverwezen worden naar een langdurig programma als ze methadonvrij waren. Vaak ging het om chronisch zieke personen die deze medicatie nochtans nog jarenlang nodig hebben. Ze kregen dus niet de kans om het TG-programma te starten. Afbouw was het adagio en die nadruk werd te lang gelegd. In Nederland was men al veel langer overtuigd van de noodzaak van langdurige vervangmedicatie zoals buprenorfine. Een snelle afbouw was vaak ten nadele van de cliënt. Het waren meestal die personen die met herval te maken hadden.

Annemie: Vanuit het ambulante keken we daar anders naar. Vooral omdat we op medische congressen hoorden dat substitutie vaak levenslang nodig blijft. We waren dan ook vragende partij toen onze visieteksten herschreven werden. Vroeger was de therapeutische doelstelling drugvrije re-integratie. Gaandeweg is dat geëvolueerd naar psychosociale re-integratie en drugvrij als het kan.

Ludo: Dat is een goede samenvatting van de weg die we op 20 jaar hebben afgelegd.

Regulering

Annemie: Druggebruik moet ook gereguleerd worden zoals tabak en alcoholgebruik gereguleerd is en gedepenaliseerd. Criminaliseren van de druggebruiker werkt contra-productief. De sociale integratie is een absoluut noodzakelijke voorwaarde voor blijvend herstel. Justitie blokkeert te vaak die integratie door een strafblad, penale boetes, met stigma, armoede, uitzichtloosheid tot gevolg. En sociale tewerkstelling is ook een zeer belangrijke schakel. Geef ze desnoods een werkstraf: ook dat kan een belangrijke ervaring zijn. Zet ze aan het werk bij Natuurpunt, en ze leven weer op.

Ludo: Dat is het belangrijkste van heel het verhaal. De overheid moet veel meer focussen op die sociale re-integra-

dr Ludo Vanmarsnille: *"Het doet plezier om te zien hoe mensen zich herpakt hebben in het leven. Recent sprak een medewerker van Weerwerk me aan terwijl hij tuinonderhoud deed in het CIC om te zeggen: "Dr Ludo, ken je me nog..."*

tie. Mensen kansen geven om te werken. Diegenen die werk vinden, houden het ook het langste vol. Ik zag al te veel voorbeelden van mensen met een mooi hulpverleningstraject. Maar als ze na drie maanden op eigen benen, geen werk hebben, zijn ze jammer genoeg vaak een vogel voor de kat... Daarin investeren kost geld, maar het zal veel effectiever zijn. Dat is de zelfwaarde van de mensen. Nu is er te veel aandacht voor het justitiële.

Annemie: Het is ook goed dat mensen nu met een ziekteuitkering toch deeltijds aan de slag kunnen. Dat is een belangrijke hefboom om te re-integreren. Ik ken zo iemand die met één dag per week werk is begonnen en nu een bloeiende schilderszaak uitbaat.

Welke tips geef je als arts aan ouders die denken dat hun zoon of dochter aan het experimenteren is met drugs?

Annemie: Gooi het kind niet met het badwater weg. Veroordeel niet maar blijf het onderscheid maken tussen goed en niet goed. Vaak zit ook hier het legaal/illegaal-denken in de weg. Jouw sigaret of glas wijn is even schadelijk als de joint van je kind. Deel ervaringen, stop samen, blijf steunen. Maar blijf ook consequent, liefdevol maar ook standvastig. Herleid je kind niet tot zijn gedrag maar help je kind zich te gedragen naar wie hij werkelijk is. Het is belangrijk dat ouders vandaag systematisch bij de behandeling worden betrokken. Het schept vertrouwen, als ze gezien hebben waar en wat we doen.

Ludo: Ik vind het belangrijk om als ouder in gesprek te blijven, niet beschuldigend te zijn. Kwaadheid heeft een omgekeerd effect. Dat geldt naar verslaving maar evengoed naar prestaties op school... Het is niet altijd gemakkelijk. Te meer omdat we weten dat heel veel van die ouders vaak zelf ook met zo'n moeilijke situaties opgegroeid zijn. Niet iedereen kan die gesprekken aan.

Wat vinden jullie vandaag de grootste uitdaging voor de verslavingssector?

Ludo: Ik kom terug op die nazorg. Een begeleidingstraject naar werk is minstens even belangrijk als het afronden van een behandelingsfase. Dat gaat veel geld kosten.

Annemie: In die zin is het artikel 107 en de vermaatschappelijking van de zorg een godsgeschenk: we moeten komen tot betere samenwerking met psychiatrie, tussen sociale actoren. Voor mij zijn de opkomst van de designerdrugs en ook de vele conflicten in de wereld dé belangrijkste uitdagingen. Wie de reeks rond de drugstrafiek op Canvas bekeek weet dat alle oorlogen met drugsgeld gefinancierd worden: van de opiumoorlog die Groot Brittannië voerde tegen China tot de Taliban en IS.

Waar gaan jullie de vrije tijd straks mee vullen?

Annemie: ik werk nog één dag per week bij Kind & Gezin. Ik kan me niet voorstellen geen arts meer te zijn. Ik studeer nog veel te graag. Ik heb ook nog een droom: ooit wil ik met de Broeders van Liefde mee gaan naar Rwanda. Destijds liep ik mijn stage in Butare. En verder blijf ik sociaal actief. Ik help als vrijwilliger in de wijk een buurderij-afhaalpunt opstarten. Verder ben ik actief in de Gecoro, de Gemeentelijke Commissie Ruimtelijke Ordening.

Ludo: Ik ben bij de universiteit op pensioen moeten gaan, maar werk nog voor het Tropisch instituut en een beetje als arbeidsgeneesheer voor Dovo. En ik blijf met een klein groepje actief in Liberia waar we met vrijwilligers een schooltje en een gezondheidspost hebben helpen opstarten. Destijds was ik er op missie. Lokale artsen zijn er nu voldoende. Maar er zijn amper middelen. We zamelen geld in om te kunnen investeren in een ECG of echo. En ik heb 8 kleinkinderen en een kleine puppy. Tijd tekort.

En wat wensen jullie De Sleutel toe?

Annemie: Dat de organisatie erin slaagt om dat netwerk uit te bouwen in de verschillende zorgregio's, dat er blijvend wordt ingezet op visieontwikkeling, en dat medewerkers lang in dienst mogen blijven. Op die manier zorg je voor continuïteit in je behandeling.

Ludo: Het is belangrijk om ervaring op te bouwen. Op die manier leer je dezelfde taal van onze cliënten, leer je wat er bij hen leeft, kan je inschatten hoe ze zich gedragen. Op die manier kan je er beter mee omgaan. Zoiets kan je niet meteen verwachten van een starter. Ik heb te veel herval gezien. We werken heel goed tot en met Therapeutische Gemeenschap en tussenhuis en dan stopt het. Er is te weinig aandacht en geld voor het traject na de behandeling. De successrate kan omhoog als we als maatschappij daar meer in investeren. In de vorm van arbeid of vrijwilligerswerk. Dat is belangrijk voor onze cliënten.

Annemie: Het traject-denken zit al in het gedachtegoed van De Sleutel, maar dit moet maatschappelijk nog beter uitgedragen worden.

Ludo: Eigenlijk hebben we niets nieuws gezegd. Nu hebben we het wel eens extra benadrukt.

Cannabisbeleid: het begin van een nieuw tijdperk?

Eind 2020 publiceerde het Vlaams expertisecentrum Alcohol en andere Drugs (VAD) een nieuwe visietekst omtrent cannabisbeleid. Deze kwam tot stand binnen de adviesgroep cannabisbeleid op VAD met vertegenwoordigers uit de Vlaamse alcohol- en drugsector. In de visietekst ligt de nadruk op de streefdoelen van een beleid voor cannabis als genotsmiddel, vanuit het perspectief van de bescherming van gezondheid en welzijn. Daarnaast worden een aantal werkpunten aangeduid met betrekking tot het huidige beleid. De Sleutel is lid van het Bestuursorgaan van VAD en onderschreef de nota.

Recreatief versus medicinaal gebruik

Er zijn verschillende signalen die anno 2021 wijzen op een kentering in de perceptie van en beleidsvoering omtrent cannabis. Op 2 december 2020 bijvoorbeeld stemde het Internationale Drugsverdrag van de VN de terugtrekking van cannabis uit een verdrag van 1961. Dat verdrag bracht cannabis onder in een reeks van zeer verslavende substanties met gevaarlijke eigenschappen en weinig of geen medische waarde. Verschillende landen hervormden de laatste jaren hun cannabisbeleid of hebben daar plannen toe. Deze dynamieken voeden de discussie omtrent de inhoud van een adequaat cannabisbeleid in de maatschappij. In de visietekst van VAD ligt de focus op het gebruik van cannabis als genotsmiddel, vanuit het perspectief van de bescherming van gezondheid en welzijn. Deze gebruiksvorm is erg verschillend van medicinaal gebruik.

Een wettelijk kader dat enerzijds cannabisgebruik en -bezit voor persoonlijk gebruik decriminaliseert en anderzijds de productie en verkoop van cannabis volgens zeer strikte richtlijnen mogelijk maakt heeft volgens VAD het grootste potentieel. Er kunnen daarbij lessen getrokken worden uit het beleid dat vandaag gevoerd wordt rond alcohol en tabak. Zo kunnen de aanbevelingen van de WHO in het kader van een effectief tabaks- en alcoholbeleid inspiratie bieden voor een cannabisbeleid dat gezondheid en welzijn centraal stelt. Het is nog vroeg om de effecten van de verschillende cannabisbeleidsmodellen die momenteel over de hele wereld uitgerold worden naast elkaar te leggen, lezen we in de nota. Voorzichtigheid troef dus.

Een goed cannabisbeleid

De VAD-visietekst vertrekt van het huidige cannabisbeleid en weegt voordelen (bv. het huidige verbod zorgt ervoor dat cannabis minder zichtbaar is) en nadelen (o.m. rechtsonzekerheid) af. Ook wordt duidelijk aangetoond dat de overheidsmiddelen de voorbije jaren meer in repressie werden geïnvesteerd. Het beperkte deel dat naar preventie ging is door de jaren nagenoeg gelijk gebleven. Voor het bepalen van de streefdoelen van een nieuw cannabisbeleid grijpt de VAD-visietekst terug naar de Federale Beleidsnota Drugs van 19 januari 2001 die stelt dat een drugbeleid volgende 3 doelstellingen moet hebben:

- daling aantal afhankelijke druggebruikers;
- daling fysieke en psychosociale schade die drugsmisbruik kan veroorzaken;
- daling negatieve gevolgen van het drugsfenomeen voor de samenleving.

Om deze doelstellingen te realiseren beschrijft de Federale Drugsnota de noodzaak aan een geïntegreerde benadering. De vertaling hiervan naar een cannabisbeleid met prioritaire aandacht voor de bescherming van de gezondheid en het welzijn zou dan volgende streefdoelen moeten hebben:

- preventie als hoogste prioriteit;
- hulpverlening als noodzakelijk opvangnet bij problemen;
- geen strafrechtelijke vervolging bij cannabisgebruik.

In de VAD-visietekst wordt benadrukt dat een duidelijk wetgevend kader een noodzakelijke voorwaarde is om tot een goed cannabisbeleid te komen. Als meest kosteneffectieve interventies worden door de WHO o.a. de controle op prijs, reclame en beschikbaarheid genoemd. Het aanbod mag in geen geval gecommercialiseerd worden. Cannabis is, net zoals alcohol en tabak, immers geen onschuldig handelswaar.

Geïntegreerde benadering

Voorkomen is beter dan genezen. Diverse preventiestrategieën kunnen hiertoe bijdragen: van universele, selectieve tot geïndiceerde initiatieven. Via de uitbouw en verdere afstemming van de huidige structuur van het preventielandschap kunnen deze initiatieven goed geïmplementeerd worden, stelt de nota. Een uitgebreid en gediversifieerd hulpverleningsaanbod voor mensen die problemen krijgen door hun cannabisgebruik is, naast preventie, ook een cruciaal onderdeel van de keten. De Sleutel is hierin uiteraard een belangrijke partner. VAD ziet een betere regule-

Giovanni Laleman

Bronnen
https://www.vad.be/assets/vad_cannabisbeleid_dec2020-1

Reageer? mailen kan naar redactie@desleutel.be

ring van de aanbodzijde en verdere decriminalisering van de vraagzijde als een belangrijke strategie om gezondheids- en welzijnsproblemen ten gevolge van cannabisgebruik zoveel mogelijk te beperken. Als noodzakelijke voorwaarde voor dit alles moet er een eenvormige aanpak van de wetgeving in alle gerechtelijke arrondissementen zijn, stellen ze. Er is vandaag immers een vorm van rechtsonzekerheid wat betreft de juridische afhandeling van mensen die betrapt worden met een beperkte hoeveelheid cannabis. Dit bemoeilijkt onder meer het overbrengen van juiste informatie in het kader van sensibilisering. Het illegale karakter van cannabis leidt ook tot een vorm van structureel stigma, wat een drempel creëert om problemen door cannabisgebruik bespreekbaar te maken en om hulp te zoeken.

Conclusie

VAD vat in hun nieuwe visietekst de recente inzichten omtrent cannabisbeleid samen en brengt daarmee een genuanceerd advies op de voorwaarden en organisatie van een kwalitatief cannabisbeleid, zijnde

- ontraden van cannabisgebruik blijft de eerste keuze. Daarom moet voldoende ingezet worden op preventie;
- voor mensen die cannabis gebruiken moeten risicobeperkende initiatieven voorzien worden;
- voor mensen die problematisch cannabis gebruiken moet een ruim en gediversifieerd hulpverleningsaanbod voorzien worden;
- basisvoorwaarden voor bovenstaande zaken zijn een evenwichtige wetgeving, een éénduidig toepassen van de wetgeving en voldoende middelen voor preventie en hulpverlening;
- een evenwichtige wetgeving decriminaliseert aan de vraagzijde en reguleert zeer strikt aan de aanbodzijde. Hierdoor wordt een beter kader gecreëerd om te werken aan gezondheids- en welzijnsbevordering.

Een nieuw tijdperk waar regulering de nieuwe beleidsoptie lijkt loert om de hoek. De discussie inzake regulering en decriminalisering mag cannabis als drug echter niet bagatelliseren. Cannabisgebruik brengt hoe dan ook risico's met zich mee. Het is niet gezond of risicoloos om het middel te gebruiken. Het is een product waar mensen mee in de problemen komen. Onze hulpverleningspraktijk wijst dit uit: cannabis is aanmelddrug nummer 1 in De Sleutel.

foto: Ronny Courtens

Stigma in beeld of niet?
Bekijk de pakkende getuigenis op onze website

Dit jaar is verslaving het thema van Te Gek!?, een organisatie die ijvert om het taboe rond psychische kwetsbaarheid te doorbreken. Het blijkt dat het stigma, dat aan mensen met een verslaving kleeft, hardnekkiger en ernstiger is dan bij andere psychische aandoeningen, zoals depressie of schizofrenie (Van Boekel, 2015)[1]. Eind mei 2021 is het slotevenement van de actie Te Gek!?

De verschillende organisaties in de verslavingszorg hebben samen gezocht hoe dit thema in de kijker te zetten in corona tijden. We deden mee aan de oproep om "stigma in beeld" te brengen.

Eric brengt als eerste zijn ervaringen. Eric heeft een aantal jaar geleden het programma succesvol afgerond in de therapeutische gemeenschap in Merelbeke en is nu aan de slag in de opleiding ervaringsdeskundige in Gent.

In een openhartig beeldfragment kijken we even achter de schermen, krijgen we inkijk in zijn wereld en hoe hij stigma aan den lijve heeft ondervonden.

Hoe heeft Eric de hulpverlening ervaren, hoeveel begrip vond hij in zijn omgeving, wanneer woog de druk van het stigma het zwaarst?

Maakt drank-, drug- en gokproblemen bespreekbaar

(1) Factsheet Stigma en Verslaving. Een uitgave van Verslavingskunde Nederland.

Els Vanneste

Sport en bewegen

Artevelde on tour bezorgt bewoners een dag vol fun en beweging

De rol van sport en bewegen bij het behandelen van een verslaving kan niet onderschat worden. Het biedt tal van mogelijkheden die helpen om een alternatieve gezonde levensstijl aan te nemen. Nu er opnieuw wat meer toegelaten was, organiseerden we met steun van studenten van de Arteveldehogeschool een unieke sportdag. Dit smaakt naar meer.

Kennismaken met nieuwe sporten als spikeball, kinball, kubb of yoga... Je uitleven met frisbeegolf, fietsbandwerpen... De grenzen verleggen tijdens het army hindernissenparcours of de boszoektocht. Zo goed als 50 bewoners van de Gentse residentiële afdelingen van De Sleutel mochten op 18 mei coronaproof deelnemen aan het Artevelde on tour sport- en beweegmoment.

Zin in meer? Volg De Sleutel op Facebook.

Directie & centrale diensten
Ebergiste de Deynestraat 2 C
9000 Gent
T 09 210 87 10
E info@desleutel.broedersvanliefde.be

Dagcentrum Antwerpen (DCA)
Dambruggestraat 78-80
2060 Antwerpen
T 03 233 99 14
F 03 225 10 24
E dca.info@desleutel.broedersvanliefde.be

Dagcentrum Brugge (DCBG)
Barrièrestraat 4
8200 Brugge
T 050 40 77 70
F 050 40 77 79
E dcbg.info@desleutel.broedersvanliefde.be

Dagcentrum Mechelen (DCM)
F. De Merodestraat 20
2800 Mechelen
T 015 20 09 64
F 015 20 09 65
E dcm.info@desleutel.broedersvanliefde.be

Dagcentrum Gent (DCG)
Jozef Guislainstraat 43a
9000 Gent
T 09 234 38 33
F 09 223 34 55
E dcg.info@desleutel.broedersvanliefde.be

Crisisinterventiecentrum (CIC)
Botestraat 102
9032 Wondelgem
T 09 231 54 45
F 09 231 67 15
E cic.info@desleutel.broedersvanliefde.be

Therapeutische Gemeenschap Merelbeke (TGM)
Hundelgemsesteenweg 1
9820 Merelbeke
T 09 253 44 40
F 09 253 44 35
E tgm.info@desleutel.broedersvanliefde.be

Therapeutische Gemeenschap Gent (TGG)
Jozef Guislainstraat 43a
9000 Gent
T 09 216 61 90
F 09 342 87 95
E tgg.info@desleutel.broedersvanliefde.be

Residentieel Kortdurend Jongerenprogramma
Zuidmoerstraat 165
9900 Eeklo
T 09 377 25 26
F 09 377 78 64
E rkj.info@desleutel.broedersvanliefde.be

Preventiedienst
Ebergiste de Deynestraat 2 C
9000 Gent
T 09 231 57 48
F 09 272 86 11
E preventie@desleutel.be

Weerwerk Gent
Gaardeniersweg 80
9000 Gent
T 09 223 02 04
E info.gent@weerwerk.be

Weerwerk Antwerpen
Deurnestraat 208
2640 Mortsel
T 03 259 08 90
E info.antwerpen@weerwerk.be

Weerwerk Roeselare
Désiré Mergaertstraat 15
8800 Roeselare
T 051 22 03 00
E info.roeselare@weerwerk.be

Broeders van Liefde
ONDERWIJS EN ZORG

De Sleutel is een onderdeel van
vzw Organisatie der Broeders van Liefde
Stropstraat 119 – Gent