

Beter, goedkoper, leuker bij De Brouwerij

MoleMann Tielens, centrum voor psychose en aanverwante stoornissen, gevestigd in De Brouwerij, biedt mensen met psychotische klachten psychiatrische hulp, ondersteuning in praktische zaken, met oog voor lichamelijk en geestelijk welzijn. Vrijwilligers en familieleden zijn betrokken bij de zorg.

De Brouwerij op de Hoogte Kadijk in Amsterdam, is een proeftuin voor vernieuwende psychosezorg. Na ruim twee jaar zijn er 190 leden/cliënten in behandeling. De kerngedachte 'beter, goedkoper en leuker' wordt dagelijks in de praktijk gebracht.

Het gebouw oogt open en hip en niet-psychiatrisch. Dat verlaagt de drempel voor cliënten om deel te nemen aan activiteiten of deze zelf te organiseren. Actief zijn is belangrijk bij herstel. In combinatie met een langdurige vertrouwensband met de behandelaar leidt dat tot 'zorgverdunding': de cliënt kan op den duur met minder zorg toe, vrijwilligers nemen taken over, de caseload van de behandelaar kan omhoog, de zorgconsumptie gaat omlaag. En zeker niet onbelangrijk: het aantal opnamen ligt de helft lager dan bij een vergelijkbare groep cliënten.

In de toekomst wil De Brouwerij groeien naar 250 leden/cliënten en extra geldstromen aanboren om niet-declarabele activiteiten te financieren. En een veilige en leuke plek blijven waar iedereen zich welkom voelt.

In de afgelopen twee jaar kwamen in YN de psychiater, de klusjesman, de (wijk)-verpleegkundige en een familielid aan het woord over het clubhuismodel van De Brouwerij in Amsterdam. Mieke Dorleijn sluit de serie af met een bezoek.

Geen onderscheid in sanitair

Een groepje rokers loopt me tegemoet. Ben ik dan toch in de buurt van De Brouwerij? In geen enkel opzicht lijkt deze vestiging van MoleMann Tielens op de mij onaangenaam bekende GGZ-gebouwen.

Bij binnenkomst geen wachtkamer. Aan een lange tafel zit een gezelschap samen te eten. Ik word hartelijk ontvangen en doorverwezen naar Pim.

Levenservaringen

Pim Jansen is maatschappelijk werker en docent yoga. Hij leidt me rond. Achter een wand van tijdschriften (ja, óók YN!) is een werkruimte. Ik herken gezichten van professionals van de website, maar blijf strak in mijn deelnemersrol en volg Pim door het grote pand.

Bij het toilettenblok wijst een deelnemer me erop dat hier geen personeelstoiletten

zijn. 'Geen sanitair-onderscheid is betekenisvol', meldt hij.

De rondleiding eindigt in een vergaderzaal met aansprekende kunst uit eigen kring aan de muur. Hier neem ik deel aan Shine+, een project geleid door Gerrald Nieboer in opdracht van de sociale dienst. Mensen leren vaardigheden om passend werk te vinden en ook vol te houden. Wekelijks worden de samenkomsten trouw bezocht.

We kijken in een kleine groep naar een film over kwetsbaarheid. In alle openheid worden daarna verhalen en gevoelens gedeeld. Een docente vertelt dat ze had geprobeerd om weer aan het werk te gaan, maar dat het telkens mis ging door terugval. Een ander noemt zijn huidige werk in de ICT geestdodend en energielurpend. Door Shine+ ontdekt hij zijn sterke punten. Nieboer probeert daar dan

werk aan te koppelen. Mijn eigen levenservaringen zijn niet wezenlijk anders, ik voel me werkelijk verbonden.

Ik kom tot mijn recht

Veel tijd om deze bijzondere workshop te laten bezinken is er niet. Aan tafel zitten de eerste yoga-cursisten al aan de kruidenthee. Terug in de alledaagse werkelijkheid waar iedereen gewoon praat over 'Heel Holland Bakt'.

Voor ik het weet zit ik in lotushouding op een matje. De opkomst is groot. Pim geeft rustig uitleg aan deze gemotiveerde groep. Onbevangen, want volstrekt onervaren, probeer ik de klanken van de mantra's na te zeggen. De oefeningen vergen gelukkig geen al te grote lenigheid. Na alle aandacht voor de ademhaling treedt er een weldadige rust in.

De gesprekken na afloop helpen me om langzaam weer helder te worden. We wisselen positieve ervaringen uit. Vaak klinkt dezelfde slotsom: 'Hier is het beter, ik kom tot mijn recht.'

's Avonds is er een gezamenlijke maaltijd. De sfeer bij de voorbereiding van het eten is gezellig. Uit de keuken klinkt gekletter. Van harte word ik uitgenodigd te blijven.

De Brouwerij is een veilige plek die veel te bieden heeft aan mensen met psychotische aandoeningen. Menselijkheid en tolerantie staan op de voorgrond waardoor lidmaatschap aantrekkelijk is, zeker ook wanneer het vertrouwen in het reguliere zorgaanbod niet groot is. Eenmaal beland in een voorspelbare file heb ik spijt dat ik niet lekker ben blijven eten.

Mieke Dorleijn



Yogales van Pim bij De Brouwerij