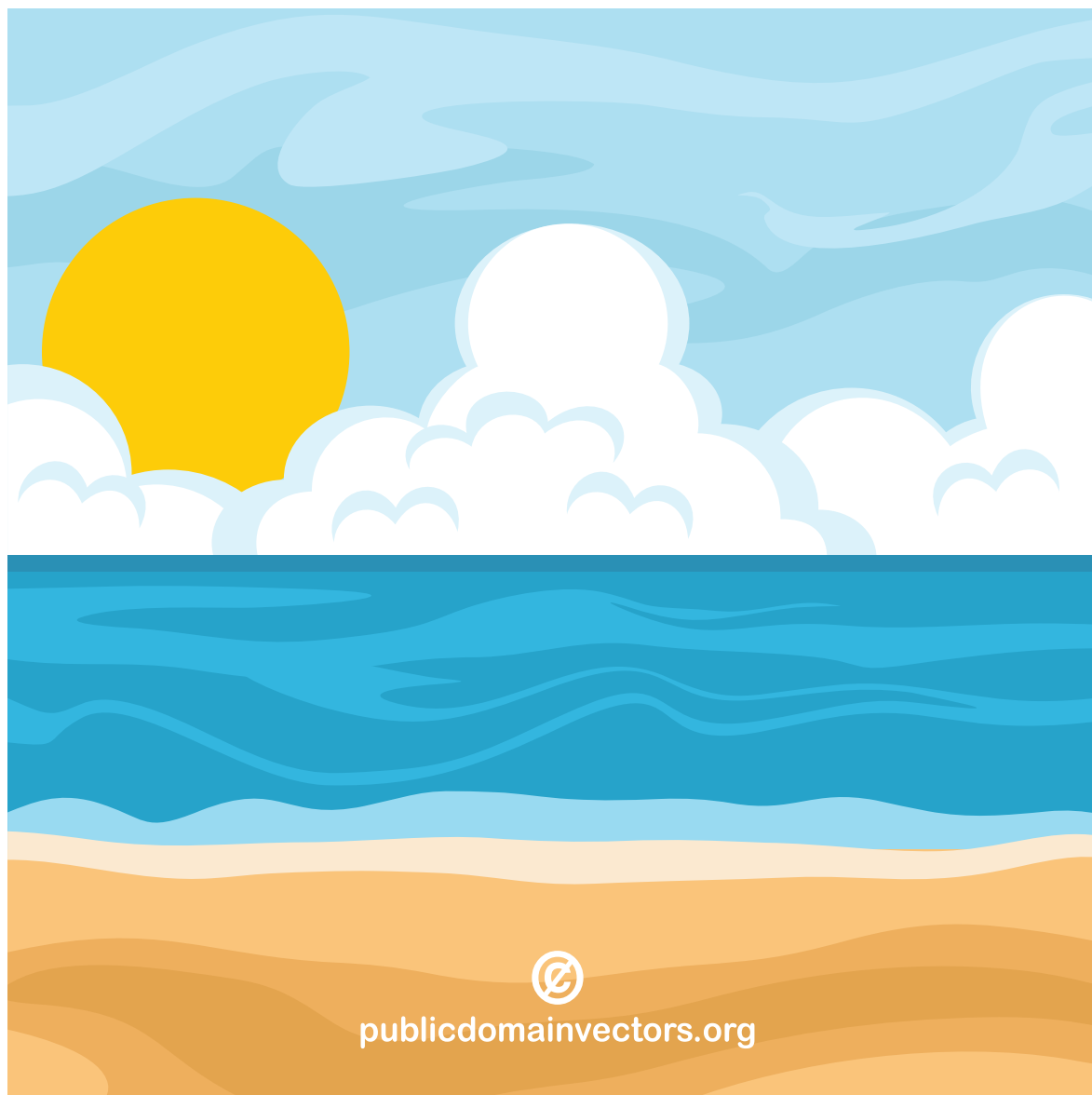


Inlopertje

Maandblad van Inloop Emmen. Juli 2021



Z O M E R 2 0 2 1

Redactioneel/inleiding

Mensen die een stukje willen schrijven en in dit blad geplaatst willen zien, sturen het gewoon op. Dit is immers in de eerste plaats een blad voor en door bezoekers/cliënten, met bijdragen van medewerkers. Vooral zeker een oproep aan bezoekers/cliënten om hun stukjes op te sturen. Graag een e-mail naar mij met als bijlage een tekst in bij voorkeur Word (maar gezien ik een Macbook heb, mag Pages ook) in de lettertype Verdana. Geen PDF, i.v.m. problemen bij het plaatsen en kopiëren met het format. Bij voorkeur 1-3 pagina's.

Mocht je vragen hebben hierover of iets anders, stel ze gerust aan mij in het Inloophuis of stuur een e-mail, de medewerkers van het Inloophuis kun je ook om informatie benaderen. paulvdsluis@hotmail.com

De deadline voor het augustus nummer (het Inlopertje verschijnt nu ook gewoon in de zomer) zal in beginsel 20 juli zijn dat stukjes binnen moeten zijn, eerder of alvast voor een volgend nummer mag natuurlijk altijd.

In dit nummer staan wederom stukjes van Lyset en Michel N. Op dit moment lijken wel steeds meer versoepelingen aanstaande. Dat betekent een vertrouwdere ruimere opening van het Inloophuis en gewoon lekker langs kunnen komen zonder afspraak. Zie hierover verder de pagina met nieuws vanuit het team Inloop. Het voorlaatste deel van de serie over het nieuws en andere in algemene Nederlandse en Joodse kranten in de Tweede Wereldoorlog. Het jaar 2012 is het jaar van de terugblik in een aantal oude nummers van het Inlopertje en algemene gebeurtenissen en informatie uit dat jaar, wat het nieuws haalde.

Daarnaast weer een bijdrage van Dorothy en ook de voormalige hoofdredacteur Henk Staats heeft nu weer bijdragen in geleverd, welkom terug op deze pagina's. Voorts vertelt Jessica over haar ervaringen hier.

Wederom hopelijk veel leesplezier en feedback en ideeën voor de inhoud zijn van harte welkom.

Paul van der Sluis

Nieuws van het team Inloop

Na lange tijd mogen we langzaam weer wat meer...

Wat betekent dit?

- Vanaf 11.00 uur is het lunchcafé weer open!
- Je mag zonder afspraak tot 17.00 uur binnenlopen!
- De warme maaltijd blijft voorlopig nog wel als afhaalmaaltijd!

Het is heel erg fijn om iedereen weer terug te zien in een zo goed als normale situatie.

We hopen t.z.t. meer nieuws te hebben...

Team Inloop

Van boerin tot begeleider

Thuis hebben wij een boerderij waar ik full time werk en vorig jaar toch het besluit genomen om mij om te laten scholen. Ik ben de opleiding persoonlijke begeleider specifieke doelgroepen gaan doen, zodat ik later een zorgboerderij kan beginnen. Zodoende ben ik begin oktober bij de Inloop gekomen om stage te lopen. Een totaal nieuwe ervaring voor mij.

De eerste 2 weken van mijn stage mocht er nog een beperkt aantal mensen binnen komen en er mocht nog s'avonds gegeten worden en toen ging het dicht, wat ontzettend jammer was. Ondanks dat heb ik toch best wel wat bezoekers ontmoet. Veel verhalen gehoord, leuke verhalen en minder leuke verhalen. Ik heb ondanks deze periode veel geleerd.

Ik merk ook dat de Inloop voor veel bezoekers een belangrijke plek is en dat ze dit heel erg hebben gemist. Nu mag er gelukkig weer wat meer en is er weer een lunch café. Het is weer wat drukker bij de Inloop.

Eerst afwachtend hoe het hier ging en heel erg wennen, maar uiteindelijk veel geleerd en ik mis de Inloop toch wel stiekem als ik vakantie heb.

Gelukkig mag ik na de zomervakantie mijn stage weer hervatten bij de Inloop en hoop dan ook dat het weer volledig los is.

Boerin – begeleider Jessica

Paul's wereldwijde knipselkrant nummer 8 – Paul van der Sluis

Dan nu het voorlaatste deel over het nieuws en andere zaken uit de algemene en joodse kranten tijdens de bezetting en de Tweede Wereldoorlog. Vanaf de eerste delen naar de laatste delen is er een verschuiving te zien in hoeverre de bezetting voor de joden uit zal pakken. Waarin in het begin de hoop aanwezig lijkt dat de joodse burgers met wat vervelende gedragsmaatregelen er wel goed vanaf zullen komen of dat de bezetting gauw voorbij zal zijn. In de laatste delen wordt de behandeling van de joodse medemensen steeds schrijnender. Duidelijk wordt dat er plekken zijn waar iemand als jood beter niet heen kan gaan. Daarmee wordt dan door de bezetter zelfs bedreigd. Bijvoorbeeld als de maatregelen of oproep zich te gaan melden voor bijvoorbeeld arbeidsinzet niet worden op gevolgd. Het concentratiekamp Mauthausen is de waarschuwing. Het eerste artikel uit een algemene krant is over het stimuleren van het krijgen van "gezonde" kinderen.

- 7 augustus 1942 – **Algemeen Handelsblad**

"Versterking van de volkskracht - naar vroegere huwelijken en sterilisatie van zwakzinnigen - "

Een hoge ambtenaar van volksgezondheid gaf aan wat het doel was. "Een krachtig en schoon volk zij ons doel." Om vervolgens aan te geven dat er o.a. voorschriften zullen verschijnen voor de tandverzorging van de jeugd en dierenbescherming. Dit allemaal in het kader van de volksgezondheid, Dan volgt dat het bevorderen van kinderrijke gezinnen met gezonde kinderen. Deze kinderen moeten bij volwassenheid behoorlijk fysiek werk kunnen verrichten.

"In verband hiermede is keuring voor het huwelijk noodig. Bovendien zal de keuze van echtgenoot(e) met zorg moeten geschieden. Dus geen huwelijken tussen te zeer verschillende rassen of met erfelijke gebreken zwaar beladen. Huwelijken tussen Ariërs en joden zullen niet meer worden toegelaten, evenmin huwelijken tussen Ariërs en Indische volken. Tegen het huwelijk van Ariërs en mensen van gemengd bloed (mits niet joodsch) zal de overheid zich niet verzetten. (...) In het algemeen is het wel wenschelijk, dat halfbloeden trouwen met halfbloeden. Bepaalde groepen, zoals de zwakzinnigen moeten van het voortplantingsproces worden uitgesloten door isolatie of onvruchtbaar maken."

- 7 augustus 1942 extra editie **Het Joodsche Weekblad**

Hierin worden alle joden die niet voldoen aan de oproep om zich te

melden voor de arbeidsinzet in Duitsland bedreigd met het concentratiekamp Mauthausen. Datzelfde geldt voor het niet dragen van de jodenster. Het kamp was een van de beruchtste kampen. Het ligt in Oostenrijk en werd gebruikt voor medische experimenten op gevangenen. Met name ten aanzien van speciaal ontwikkelde voeding om te testen i.p.v. water en brood. Tevens injecties tegen cholera en tyfus om de werking te zien. Naar schatting kwam zo'n helft van het aantal gevangen, ongeveer 100.000 om het leven. Hier kwamen ook meerdere zogenaamde Engelandvaarders om het leven, waaronder Cees Droogleever Fortuyn, die bij een dropping in Drenthe meteen werd gearresteerd en naar Mauthausen gebracht en na bijna 2 jaar gefusilleerd.

- 18 augustus 1942 **Algemeen Handelsblad**

"Verandering straatnamen. De burgemeester van Amsterdam heeft besloten de namen van de volgende straten te veranderen (...) Da Costakade in Gouverneurskade, David Blesstraat in Marius Bauerstraat, Herman Heyermansweg in Jacques Perkweg, Jonas Daniël Meyerplein in Houtmarkt, Jozef Israelskade in Tooropkade."

Joodse straatnamen of verwijzingen er naar waren niet gewenst. Er werd ook de indruk gewekt dat er gecorrespondeerd kon worden met de mensen die werden gedeporteerd (los van het feit dat velen bij aankomst meteen in de gaskamers terecht kwamen) en er werden zelfs richtlijnen gegeven. Zie het volgende.

- 21 augustus 1942 **Het Joodsch Weekblad**

*"(...) dat brieven kunnen worden gezonden naar hen, die in de werkverruiming in Duitsland zijn geplaatst (...) de navolgende richtlijnen in acht te nemen: 1. **Alle brieven moeten in het Duits geschreven worden (...) en de plaatselijke vertegenwoordigers zijn gaarne bereid om brieven te vertalen. 2. Elke brief mag slechts bestaan uit 1 vel, aan 1 zijde beschreven. 3. Indien mogelijk moeten de brieven getypt, of anders duidelijk met inkt geschreven worden (...)** 6. **De brieven moeten open en ongefrankeerd worden bij het (...) ingeleverd worden. 7. Een ieder, die zich bij de werkverruiming in Duitsland bevindt mag slechts é é n brief in de drie weken ontvangen.***

In het augustusnummer het slot van de serie over deze kranten.

Lyset en haar ditjes en datjes

Respect... Iets wat bij mij persoonlijk hoog in het vaandel staat. Het is het begin van de meeste mooie dingen en het is iets waarmee je veel kunt bereiken. Voor mij begint respect met gelijkheid en waardering... Mij is geleerd dat mensen gelijk zijn en dat een ieder van waarde is. Ben je groot, klein, dik, dun, gekleurd of niet, hoog opgeleid of geen opleiding... Het doet er niet toe. Je bent van waarde, hoe dan ook. Respect en met name wederzijds respect brengt mensen bij elkaar.

Wat jammer is, is dat het woord respect toch zijn waarde lijkt te verliezen doordat het woord zo misbruikt wordt. Dat iedereen respect wil ontvangen is een fundamenteel gevoel. De basis zit echter in het wederzijds respect hebben voor elkaar. Elkaar waarderen en respecteren is een mooi begin van mooie contacten zonder dat daar een etiket aan hangt.



Boslaan 135

Begin jaren 90 kwamen de eerste woonvormen voor ggz mensen in de samenleving. Ook kwamen er toen vormen van dagbesteding voor deze groep... Heel vaak heeft men het over ggz cliënten. Zelf noem ik het liever ggz mensen. Ook omdat gek worden een normale reactie kan zijn op een ongezonde situatie !!

In 1993 fietste ik samen met een kameraad van het werk-leerproject in Emmerhout naar Bargeres. We kwamen langs Boslaan 135 en we fantaseerden er op los. Het leek ons dan leuk om daar net als die oude mensen die je er toen zag gewoon wat te biljarten en te kaarten met leeftijdsgenoten...

Een jaar later begonnen we met een inloophuis aan De Dilgt 250 (werk-leerproject) en RIBW-Drenthe was op zoek naar een zelfstandig plekje voor de inloop en tot onze verbazing werd Boslaan 135 het plekje !!

In de jaren 30 gebouwd als hotel en in de oorlog zaten de Duitsers er. Na de oorlog verschillende functies waaronder een kleuterschool en nog veel meer !! De geschiedenis van een gebouw en hoe blij sommige bezoekers nog steeds zijn met het authentieke karakter en enkel glas en de gaskachel. Eigenlijk helemaal niet meer passend bij deze tijd, maar voor een inloophuis kan dat heel belangrijk zijn. Al meer dan 26 jaren op dit plekje en nog nooit heeft het zo lang 1 functie gehad. Het wordt nu per jaar gehuurd en eigenlijk zou Cosis het gewoon weer voor 5 jaren moeten huren. Ook staat het te koop. Ook dat zie ik als een belediging voor dit plekje.... Belangrijk voor vele ggz mensen en dit komt ook door de plek en de geschiedenis van dit gebouw.

Ook de buurt is na 26 jaren wel aan ons gewend en dan zijn we gewoon een onderdeel van de buurt geworden. De burens kennen de vaste bezoekers en de vaste bezoekers kennen de burens !! In Drenthe kennen we binnen Cosis twee zelfstandige inloophuizen. Assen en Emmen. Verder op andere plekjes een combinatie tussen een werkproject en een inloophuis... Dit is dan echt anders... Een fusie tussen de nijverheidsstraat en de inloop zoals men dit vorig jaar onderzocht zie ik ook als een belediging.

Als het gaat om de plek is er geen beter plekje in Emmen te vinden voor een inloophuis voor ggz mensen en dat moet Cosis de gemeente maar eens duidelijk gaan maken. Zelf zie ik mezelf nog steeds als 1 van de oprichters van de inloop en de enige overgebleven oprichter..... Voor mij een goede reden om nog even te blijven komen : -)

Henk Staats

Dorothy's Dynamische Didactiek

Voor deze maand had ik bedacht dat het misschien leuk zou zijn om eens een route te wandelen of te fietsen. Dit kun je alleen doen, maar uiteraard ook met anderen. Geniet van de geuren van de bloemen die in bloei zijn. Alles is weer groen, nieuw leven is ontstaan, misschien zie je een jonge vogel of ree voorbij komen of overvliegen. Hier volgt de route:

Start: Stationsplein 14 7811 GC Emmen. Daarna

Grote Kerk Emmen (uit 1856, toren uit de 12e/13e eeuw)

Schoolstraat 5
7811 EP Emmen

Volk van Grada/Nabershof (o.a. boerderij uit 1681)

Noordeind 21
7815 PA Emmen

Hunebed D41 (vlak bij woonwagencamp ten westen van Odoornerweg)

7814 Emmen

Hunebed D38, D39 en D40 (groep van 3 hunebedden in het Valtherbos ten oosten van de Odoornerweg net boven de wijk Emmermeer))

7814 XB Emmen

Valtherbos

Valtherbospad

7814 XB Emmen

Boswachterij Emmen

7821 Emmen

Het Appeltje (meertje in de Emmer Dennen naast de wijk Emmermeer)

Oude Roswinkelerweg

7814 RT Emmen

Haantjeduin (zandverstuiving)

Langeweg

7814 RR Emmen

Hunebed D45 (in het bos vlak bij het Inloophuis aan het Matenpad)

7822 Emmen

Eindpunt: Stationsplein 14 7811 GC Emmen

Dorothy

Inkijkje in Inloper(tje)s uit de archieven van ...

Deel 2 2012

In het tweede deel ga ik meerdere nummers langs van het jaar 2012. Zoals bij de eerste keer, eerst wat algemeen nieuws van het jaar 2012.

- In de Chinese jaartelling is dit het jaar 4708/4709, in de Hebreeuwse (Joodse) 5772/5773 en de islamitische 1433/1434;
- De Nederlandse Laura Dekker (na getouwtrek of zij dit mocht) komt op Sint Maarten aan op 21 januari en is de jongste zeiler om de wereld.
- Willem Holleeder (ontvoerder Freddy Heineken) komt op vrije voeten;
- In februari is de koudste nacht sinds decennia, bijna - 22,8 graden;
- Zangeres Whitney Houston overlijdt (overdosis) in haar hotelkamer;
- Prins Friso bedolven door lawine en raakt in coma/overlijdt jaren later;
- Nederland kende voor dit jaar op het hoogtepunt 4 gratis kranten, Spits, Metro, De Pers en Dag. Eind maart stopt De Pers er mee;
- Het wrak van de Titanic komt op de Werelderfgoedlijst van de VN;
- Het kabinet Rutte I van VVD en CDA valt in april doordat de PVV de gedoogsteun stopt aan het minderheidskabinet;
- Spanje wordt voor de derde keer Europees kampioen voetbal;
- Het dan hoogste gebouw, The Shard, van Europa met 310 meter in Londen geopend. Dat is sinds 2018 het Lakhta Center in Sint Petersburg Rusland met 462 meter. Het hoogste gebouw in Nederland staat natuurlijk in Rotterdam de Maastoren met bijna 165 meter, wat 100 meter hoger is dan de hoogste in Emmen, de Hondsrugtoren, 65 meter;
- Eind oktober wordt Tourwinnaar Lance Armstrong voor het leven door de wielrenunie geschorst en zijn 7 Tourzeges worden hem ontnomen;
- Het kabinet Rutte II van VVD en PvdA treedt aan. Barack Obama wordt als president van de VS tegenover Mitt Romney herkozen;
- Grensrechter Richard Nieuwenhuizen door spelers van Nieuw Sloten bij wedstrijd in Almere zo mishandeld dat hij overlijdt. De Hanzelijn (trein) tussen Lelystad en Zwolle geopend. De Amerikaanse deelstaat Washington legaliseert het gebruik van marihuana;
- Schietpartij op Sandy Hook lagere school in de V.S. waar 26 personen om het leven komen, waaronder 20 kinderen.

- Op 21 december zou volgens de Maya-kalender de grote tijdrekening eindigen, wat volgens sommigen het einde van de wereld zou betekenen. Hierover meer in een ander nummer van het Inlooptje.

Een bloemlezing van stukjes uit de Inlooptjes van februari, maart en november 2012.

Februari. Op de gele voorkant een vrolijke sneeuwpop. De inloper van de maand door Michel G. was Albert B. Geboren in Wilhelmsoord (vlakbij huidige station Emmen Zuid) in Emmen in 1954. Het inloophuis is voor hem belangrijk n vindt toen de sfeer over het algemeen goed. Hij komt in het inloophuis sinds 1996. Hij geeft aan dat de sfeer ook van jezelf af hangt en dat als hij zich niet goed voelt hij ook wel eens thuis blijft.

Er staat nog een aanvulling op het diepte-interview door Paul van der S. en Frieda met Lout, het toenmalige locatiehoofd. Lout als kleuter en ouder in een rubberbootje. Paul F. zijn foto als jongen staat er ook in. Beide vanwege het door ons in voeren van foto's bij de diepte-interviews.

Henk S. met een artikel over *Ons internetplekje*, waarin hij zich herinnert dat hij zo'n 5 jaar eerder een website van het Inloophuis had opgezet. Samen met toenmalig medewerkster Aline ging hij daarmee aan de slag. Hij was al eerder het softwareprogramma Frontspace 2003 tegen gekomen toen hij computerles aan mensen gaf. Na cursusboeken er over gelezen te hebben, werd hij er steeds bedrever in. Hij was ook erg zuinig op de CD-Rom met het programma, daar het inmiddels niet meer te koop was.

Hij legt ook in het kort uit wat internet nu eigenlijk is. Hij gaf ook cijfers over het aantal bezoeken die de website voor het Inloophuis kreeg. Tussen 2009 en 2012 olopend van 1100 per maand naar bijna 2000, overigens betekende dit niet per se unieke bezoekers, iemand kan meerdere keren de website bezoeken en dat werd geteld. Voorts een lijst mt plaatsen waarvandaan de website werd bezocht. Variërend van onder andere natuurlijk Emmen, Coevorden en Assen via Groningen naar Amsterdam, Brussel, Atlanta V.S. Hollywood en Los Angeles.

Verder een aankondiging van een gepland uitstapje naar De Keukenhof op 25 april, 65 euro inclusief bus, boot, entree en diner. Uit de moppentrommel van Tinus deze: "*Vorige week is er in België een auto tegen een boom aan gereden. Alle acht inzittenden zijn overleden. Vier tijdens het ongeluk en vier tijdens de reconstructie.*". Op het menu prijken o.a. kip jambalaya, aardappelen/broccoli/vis (zalm) en chili con carne.

Maart. Wederom geel van kleur met een soort 3D-poppetjes die elkaar een hand geven (duidelijk dus voor de corona maatregelen). De inloper van de maand door Michel G. was David V. in Haarlem in 1963 geboren,

met een bouw/timmeropleiding. Hij zat toen in een woonvorm in Vlagtwedde en hij zou later dat jaar in Emmen bij Promens Care gaan wonen. Op de woensdagen en donderdagen werkte hij als huismeester in het Inloophuis en op vrijdag als kok. De grote pluspunten van het Inloophuis vond hij de structuur die daar werken gaf, maar ook de sociale contacten. Voor hij naar Vlagtwedde verhuisde, woonde hij in Emmen en kwam al in het Inloophuis. Dat had hij daar vooral gemist, het Inloophuis past bij hem.

Verder een stuk over waar stampotten vandaan komen. Verrassend genoeg bleek het minder oer-Hollands te zijn en hadden de Spaanse bezetters eind 16e eeuw een invloed daarop. Leidenaren vonden een pot met pastinaak, wortel en vlees bij elkaar. Pas eeuwen later kwam de aardappel op het toneel en werd het gestampt, zie daar de stampot. Uit Tinus moppentrommel: *Een haan en een kip komen elkaar tegen. "Kukeleku", zegt de haan. "Miauw", antwoordt de kip. "Wat krijgen we nou?" vraagt de haan. "Ach", zegt de kip, "zonder vreemde talen kom je tegenwoordig niet meer aan de bak".* Toenmalig medewerker Achiena laat weten dat het 2e deel van de verbouwing in het Inloophuis was begonnen. Een nieuw kleurtje en een nieuwe vloer zou worden gelegd. Een kersen kleur van PVC en de mensen van het Inloophuis hebben de kleur uitgezocht. Ze vraagt zich af wat het volgende zal zijn, wat verbouwd zal worden.

Even de diepte in van Paul van der S. en Frieda ging het met (nog steeds) medewerkster Lyset. In september 2005 als stagiaire begonnen en had recent een contract gekregen als medewerkster. Geboren in 1986 en na omzwervingen in Bargeres en de Rietlanden in Angelslo beland. Ze woonde in een appartement samen met haar vriend. De leerkracht van de lagere school moedigde de andere kinderen aan om het mooie lange haar van Lyset aan te raken. Een crime voor een verlegen kind. De juf op een volgende lagere school nam die oproep iets te nadrukkelijk en trok aan het haar en gebruikte het om haar hoofd tegen de schoolbank te slaan. Een scooterongeluk na haar tienertijd zorgde er voor dat ze moest stoppen met basketballen, wat zij bij de *Mustangs* deed. Als kind leken haar droomberoepen advocaat of psychiater/psycholoog, daarna als tiener kapster, wat verdween na praktijkervaring in een kapsalon. Ze koos uiteindelijk voor een opleiding in de hulpverlening. Reizen naar Thailand en Sri Lanka met haar partner waren hoogtepunten, waar zij op een olifant reed. **Waar Lyset, aangaande de bezoekers en medewerkers zo verbaasd en ontroerd over was?** Dat is de cliffhanger *Wordt vervolgd in het augustusnummer, met ook wijsheden van Peter.* Paul van der S.

Michel's Mooie Momenten (Part 3)

Ik kan er niet omheen .. het **EK 2020!** Het is natuurlijk al 2021, maar vorig jaar stond er een EK op het programma en die ging niet door, i.v.m. de welbekende reden..corona.

Voor Memphis Depay kwam dit overigens goed uit, want hij raakte zwaar geblesseerd aan zijn knie en zou het EK 2020 niet halen. Een geluk voor het Nederlands elftal, want het is toch wel een hele belangrijke speler voor dit Nederlands elftal!

Inmiddels hebben we de poulefase overleefd, zelfs als groepswinnaar! Het spel kan natuurlijk altijd beter, maar 3 overwinningen, 9 punten en ons wacht nu Tsjechië. Van Memphis hebben we nog niet heel veel gezien, maar ik ga er vanuit dat hij dat voor ons bewaard heeft en dat we nog mooie (voetbal) momenten beleven komende tijd!

We gaan het meemaken en mee beleven!

HUP HOLLAND HUP!

LAAT DE LEEUW NIET IN ZIJN HEMPIE STAAN!

WIJ ZIJN ORANJE, WIJ ZIJN ORANJE (gesponsord natuurlijk..)

WE ZIJN ER WEER BIJ EN DAT IS PRIMA! VIVA HOLLANDIA!

NEDERLAND OH NEDERLAND, JIJ BENT EEN KAMPIOEN (hoop het!)

WIJ HOUDEN VAN ORANJE

IS DE WARE KAMPIOEN!

Veel plezier allemaal!

Voetbalgroeten Michel

(nawoord Paul van der S: het stukje is natuurlijk door Michel geschreven voor de wedstrijd i.v.m. deadline en zo, maar niet getreurd, volgend jaar is er alweer het WK, dus ik denk dat de kern van dit artikel daar ook voor geldt)

Over patiëntenvereniging Anoiksis/psychosegevoeligheid

1 van onze bezoekers is vrijwilliger van de patiëntenvereniging anoiksis voor mensen met psychosegevoeligheid ...Hoe belangrijk koffie drinken met lotgenoten kan zijn !! Ook dat is de inloop !! vrijwilliger zijn van anoiksis en waarom... Op de koffie met Henk, hieronder het stukje wat op de website van anoiksis staat...

"Begin jaren '90 werd ik uitgenodigd voor een bijeenkomst in Rotterdam. Bij Ria van der Heide, voorzitter van Ypsilon, om te praten over een vereniging voor cliënten. Het was een leuke middag, en de hartelijke manier waarop we werden ontvangen zal ik nooit vergeten. Deze vereniging kwam er korte tijd later. 'Anoiksis' oftewel 'open geest' en ik werd gelijk lid. Een open geest: het hebben van prikkels en die niet goed kunnen verwerken. Indrukken uit de buitenwereld minder goed kunnen filteren. En zo wordt je psychotisch. Dit vindt ik een mooie uitleg van psychosegevoeligheid.

Een paar jaar ben ik geen lid geweest van Anoiksis. Nu ben ik weer lid en actief lid. Ik sta nog steeds achter de uitleg van hoe teveel prikkels, te weinig filteren, kortom stress, aanleiding kan zijn tot gekte. In 2021, na vele jaren van psychosegevoelig zijn en na het doormaken van vele psychoses, ben ik ouder en wijzer geworden en heb ik heel bewust gekozen voor een leven zonder stress. Belangrijk is te weten wat je zwakke kanten zijn en hoe je een terugval kunt voorkomen. Voor mij staat creativiteit centraal mijn leven.

Met schrijven ben ik een nieuwe invulling aan mijn leven gaan geven. Gek worden, psychoses en creativiteit: ik zie veel overeenkomsten. Doen wat mijn hart me ingeeft en kiezen voor mezelf, dat was het recept voor goed kunnen omgaan met psychosegevoeligheid. Ik heb weinig last van restverschijnselen. Creatiever ben ik er wel door geworden en ben me steeds beter gaan voelen. Ik denk dat ik geluk heb gehad; Ik heb het leven gevonden waarin ik echt gelukkig kan zijn. Ik wens dat iedereen met psychosegevoeligheid toe.

Ik ga graag met mensen in gesprek. Verrassen doe ik graag en ik vind het leuk dat mensen verrast en verbaasd zijn over wat ik schrijf. Ik draag zo mijn steentje bij aan wat minder stigma, maar vooral ook minder zelfstigma. Kortom ook met psychosegevoeligheid kan het leven de moeite waard zijn."

Henk S.

Menulijst maand juli 2021

Donderdag 1 juli	BBQ
Vrijdag 2 juli	Gekookte aardappelen, rode bieten en speklap
Maandag 5 juli	Bruine bonen met spekjes en salade
Dinsdag 6 juli	Tortilla's
Woensdag 7 juli	Gekookte aardappelen, rode kool met gehaktbal
Donderdag 8 juli	Nasi
Vrijdag 9 juli	Gebakken aardappelen, broccoli en een slavink
Maandag 12 juli	Stamppot rauwe andijvie met een saucijs
Dinsdag 13 juli	Spaghetti
Woensdag 14 juli	Gekookte aardappelen, wortelen en karbonade
Donderdag 15 juli	Bami
Vrijdag 16 juli	Krieltjes, witlofsalade en een schnitzel
Maandag 19 juli	Macaroni
Dinsdag 20 juli	Rijst met kip in zoet zure saus
Woensdag 21 juli	Gekookte aardappelen, sperziebonen en vlees
Donderdag 22 juli	Preischotel
Vrijdag 23 juli	Lasagne
Maandag 26 juli	Gebakken aardappelen, broodje shoarma, salade
Dinsdag 27 juli	Gekookte aardappelen, bloemkool en kipschnitzel
Woensdag 28 juli	Tagliatelle met spinazie, roomkaas en kip
Donderdag 29 juli	Witlof ham/kaas met aardappelpuree
Vrijdag 30 juli	Rijst met goulash