

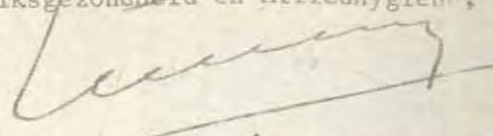
De inspecteur heeft reeds de overtuiging gekregen dat het St. Joris Gasthuis een herstructurering van de organisatie en een verbetering van het functioneren behoeft.



• Dr. Ruud Muuze... "crimineel is spannend of boeiend"

Delft — Directie en bestuur van de psychiatrische inrichting het St. Jorisgasthuis overwegen juridische stappen te ondernemen tegen de redactie van de Gekkenkrant. De Gekkenkrant is een periodiek die de onderlinge band tussen patiënten en ex-patiënten van psychiatrische instellingen moet versterken. Het St. Jorisgasthuis is in de laatste twee uitgaven van het blad aan alle kanten hevig met beschuldigingen be-  
stookt.

De Staatssecretaris van Volksgezondheid en Milieuhygiëne,



Delft — De verwachting is dat het ministerie voor volksgezondheid en milieuhygiëne binnen enkele maanden de vergunningen zal verlenen voor de bouw van nieuwe paviljoens voor het psychiatrische ziekenhuis St. Joris Gasthuis. Dit kreeg burgemeester dr. ir. A. P. Oele gisterochtend te horen van de staatssecretaris van het ministerie, J. Hendriks.

De directeur-geneesheer van het St. Joris Gasthuis — dr. P. van Wirdum — trekt zich deze beschuldiging veel meer aan. „De mensen zullen ongetwijfeld denken dat hier oorlogstoestan-  
den heersen... experimenten uit '40-'45'”.

Het psychiatrische ziekenhuis „het Sint Jorisgasthuis” heeft via de Gekkenkrant weer een aantal beschuldigingen kunnen slikken. In een artikel in het desbetreffende blad wordt onder andere dr. Ruud Muuze beschuldigd van criminele proeven die hij zou uitoefenen bij patiënten van het ziekenhuis. Deze criminele experimenten zouden bestaan uit het toedienen van chemische middelen op het gedrag van de patiënten te beïnvloeden.

patiënten wil en aanpakken en strenger re-  
genomden deze en daarom stellen wij ze onder een strakker en strengere re-  
geem”, aldus de geneesheer-directeur dr. P. van Wirdum.

## Sint Joris Gasthuis mag psychiaters opleiden

Delft — Het Sint Joris Gasthuis is erkend als opleidingsinrichting voor psychiaters. Na een verzoek van geneesheer-directeur dr. P. van Wirdum heeft de specialisten registratiecommissie van de Koninklijke Nederlandse Maatschappij tot be-

vordering der Geneeskunst tot erkenning als opleidingsinsti-  
tuit besloten. In het visitatie-  
rapport van de commissie staat  
dat geconstateerd is dat de or-  
ganisatie en de outillage van  
het Sint Joris Gasthuis voldoen  
aan de eisen die de commissie  
stelt voor zijn opleiding



onprettige consequentie is dat sommige patiënten zonder medicijnen psychotisch raken. Maar door een strenge bewaking van de medische staf komt dit bijna niet voor”, aldus Van Wirdum. Van Wirdum en Muuze zijn bijzonder trots op de laatste ontwikkeling in de psycho-farmacologie. Thans is het St. Joris Gasthuis het enige in zijn soort die deze geneeswijze toepast. Beiden zijn er van overtuigd dat dit nog maar het begin van een lange weg is.

### AALGLAD

Volgens bestuur en directie zal het een moeilijke zaak worden de Gekkenkrant aan te pakken. In een gesprek dat dr. Van Wirdum had met de officier van justitie zou deze gezegd hebben dat de redactie van het gewraakte blad „zo glad als een aal” te werk is gegaan.

# GEEKENKRANT KRANT

FL. 2,-  
verschijnt eens in de twee maanden

NO. 11 2<sup>e</sup> JAARGANG

AUGUSTUS 1975



11 POSITIEF NUMMER 11



Deze krant heet gekkenkrant omdat hij is voor mensen die gek genoemd worden. Wij zijn dus gek en wij komen er rond voor uit. We kunnen elkaar alleen helpen als we inzien dat we allemaal op dezelfde manier worden uitgescholden en gediskrimineerd. Dat is juist onze kracht. Samen gediskrimineert, dus samen er wat aan doen; dat is de enige manier. "Stomme kaffer" is ook een scheldwoord. Het Afrikaanse kaffer-volk, eeuwen uitgebuit en onderdrukt, schiet er ook niets mee op om zijn naam te veranderen.



## Bijdragen:

F. Bergsma  
Mevr. S  
GR. en J. S.  
N. Tauber  
C. v. d. S.  
Mevr. B.  
Mevr. S.  
Max K.  
Heer Ruys  
Zuster Agathe  
K. W.  
Heer E.  
Joop de Bie  
Hr. Vredenburg  
Heer R.  
Ida Vos  
Gertie Allertz  
Paul Roosdorp  
J. J. Bakker  
Drs. X  
Marianne Kessels  
Ria Bosch  
Marion Knol  
Prof. Ladee  
DAMES F Endegeest

## Medewerkers:

Bert Bakker  
Job Boogaardt  
Helmi Goudswaard  
Josine Groen  
Martine Groen  
Hans Kooijman  
Geert Mak  
Andries de Nooij  
Anke Poortinga  
Jacqueline van der Post  
Flip Schrameijer  
Frits Spangenberg  
Herman Smitskamp  
Ypie Schouwenburg

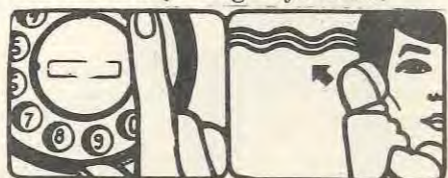


## INHOUD

Redactioneel pag 3...; Brieven pag 4...; Interview bewonersraad sintbavo... pag 11...; Inrichtingen-rubriek pag 15...; Kontakten-tips-oproepen pag 22

uitgave stichting de gekkenkrant  
postbus 3286 amsterdam  
postgiro 30.58.334  
gemeentegiro R 11.111

prijzen:  
losse nummers f 2.-  
abonnement  
f 10.- als je slecht bij kas zit  
f 25.- als je dat ook kan betalen  
MEER als je erg rijk bent.



telefoon dinsdag- en donderdag-  
avond: 020-792620.

**HET GEKKENTHEATER** is een theater-groepje van mensen die in een inrichting werken of erin opgenomen zijn. Zij improviseren met hun vragen en problemen in de psychiatrie. Bel ze eens op voor een voorstelling: Ruud van Honschooten, 020-762973 of 023-331933.

## ~ van de redactie ~

### BRIEVEN

Ook dit nummer is weer voor het grootste gedeelte gevuld met brieven van lezers. Tot nu toe hebben we altijd alle brieven die voor publikatie waren bedoeld kunnen plaatsen. Soms moesten we ze enigszins inkorten, maar het ging dan toch maar. Nu gaat het echter niet meer. Voor dit nummer ontvingen we ongeveer zestig brieven ter publikatie. Die konden er onmogelijk allemaal in. Er zijn denkkelijk drie oplossingen voor dit probleem: de krant dikker maken, of de krant vaker laten uitkomen, of schiften in de brieven. Het eerste (dikker) hebben we aleens gedaan (krant drie en negen), maar dat wordt veel te duur. Vaker uitkomen zou ook een drastische stijging betekenen van de abonnements-prijzen en zou praktisch teveel problemen geven, zowel bij de redactie als bij de mensen die hem in inrichtingen verspreiden. Blijft over: selekteren in de brieven die we krijgen. Dat zal moeilijk zijn, maar we zullen het naar beste weten doen. We zullen er vooral op letten dat kritiek op de Gekkenkrant niet onder tafel verdwijnt, dat positieve berichten over inrichtingen evenveel kans hebben en dat er zoveel mogelijk verschillende onderwerpen aan bod kunnen komen.

Overigens gaan we gewoon door met het persoonlijk beantwoorden van alle brieven. Plaatsen we niet, dan zullen we dat telkens zo goed mogelijk uitleggen; maar ook dan valt er nog over te praten.

### GEKKENKRANT NEGATIEF?

Van een aantal kanten horen wij de laatste tijd nogal eens 'jullie zijn veel te negatief'. Een aantal mensen vindt bijvoorbeeld: 'bij ons is het veel beter', 'jullie zijn alleen maar afbrekend', 'we geloven al die verhalen niet', enzovoort. Daarnaast zijn er ook een heleboel mensen die zeggen: 'zo is het precies', 'dat soort dingen heb ik ook meegemaakt', 'eindelijk kan ik m'n verhaal eens kwijt aan mensen die me geloven', 'er zijn nog ontzettend veel misstanden in psychiatrische inrichtingen en het werd hoog tijd dat die eens aan de kaak werden gesteld', enzovoort.

Die laatste groep is behoorlijk groot. Dat merken wij aan de brieven en aan het feit dat de vraag naar de krant vanuit de inrichtingen nog steeds stijgt. Ook komen er nog steeds abonnees van buiten de inrichtingen bij. De hele oplage loopt nu al tegen de zeven duizend.

Maar zo'n getal is misleidend. Wanneer een groot aantal mensen dat zelf is opgenomen de krant ongelezen laat liggen, dan zijn we ons doel voorbijgeschoten. Hoe moeten we dat voorkomen? We zullen brieven blijven opnemen met geschiedenissen van mensen die onder het mom van 'behandeling' een afschuwelijke tijd hebben doorgemaakt. Zolang dat nog voorkomt moet de Gekkenkrant dat signaleren en moeten mensen het aan elkaar kunnen vertellen.

Maar laten anderen zich niet laten afschrikken! **VOOR POSITIEVE ERVARINGEN IS JUUST OOK PLAATS IN DE KRANT.** Dus: mensen die de Gekkenkrant te negatief vinden, U kunt er zelf wat aan doen, door positieve verhalen te schrijven.

Meer in het algemeen willen we in de krant, meer dan totnogtoe, aandacht besteden aan onderwerpen als: de ideale inrichting, hoe moet die eruit zien?, het dagelijks leven in de inrichting, hoe kan een patiëntenraad stapje voor stapje verder komen, enzovoort. Kortom onderwerpen die nu eens echt konstruktief zijn.

### DE NAAM

Bezwaren tegen de naam houden aan. Moet deze worden veranderd? Wat moet het dan worden?

### GELD

Tenslotte willen we nog even die mensen bedanken die onmiddellijk in de beurs hebben gestast na onze financiële noodkreet. In het volgende nummer zullen we een overzicht geven van de financiën van de Gekkenkrant. Nu kan alvast gezegd worden dat er nog geld is voor de eerstvolgende 2 à 3 nummers. Daarna zullen we waarschijnlijk opnieuw een beroep op U doen. Iedereen die nog niet z'n abonnementsgeld betaald heeft wordt dringend verzocht om dit snel te doen.

Over bovenstaande onderwerpen - en meer - zal kunnen worden gediskussieerd op de nationale Gekkenkrant-manifestatie in oktober. Zie de aankondiging op p.23.



# BRIEVENRUBRIEK

## HET PARTICULIER INITIATIEF?

mei 1975.

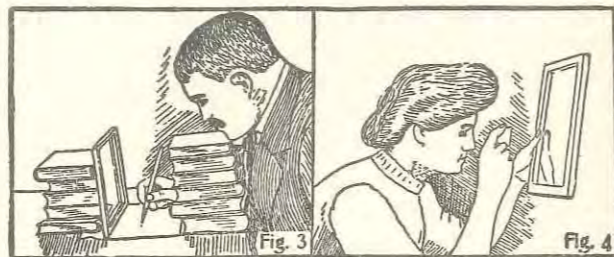
Geachte Redactie,

Deze brief onder een schuilnaam.

Na drie jaar in een inrichting verbleven te hebben is dit noodzakelijk. Dit is geen fobie, angst of waan maar een gegronde vrees voor discriminatie. Wordt er dan gediscrimineerd in Nederland? Het woord heeft iets onmenselijks. En dat kan in ons land niet. Ik meen te moeten stellen en te kunnen aantonen dat de psychiatrische patiënt al gediscrimineerd wordt als individu door een opname in een inrichting. Het systeem van werken van het grootste deel der inrichtingen is van dien aard dat de meeste mensen ook al zijn ze genezen praktisch niet meer in het dagelijks leven kunnen acclimatiseren omdat het individuele in de inrichting totaal ontbreekt. Lichte gevallen met een goede kans op een gehele genezing worden vaak door een inrichting en haar systeem gedoemd zware gevallen te worden. Mensen in deze tijd aan dit soort systeem toe te vertrouwen is onmenswaardig en discriminerend. Mag men de inrichting verlaten, als ex-patiënt is discriminatie overal duidelijk merkbaar. Gezien een inrichting een deel van de samenleving is, wordt zij hier totaal buiten gesteld. Ook het maatschappelijk systeem faalt voor wat patiënt en ex-patiënt betreft. Zelf heb ik een hekel aan kritiek, als deze niet opbouwend werken kan. Wat kan hieraan gedaan worden. Kan de inrichting en zijn bewoners niet in de samenleving geplaatst worden? En wie zou daar een bijdrage kunnen leveren? Er zijn noden genoeg waar een oplossing voor bestaat. Laat ik gewoon een willekeurig voorbeeld nemen. Zelf heb ik door omstandigheden, in deze drie jaar geen bezoek gehad. Als er een derde geweest was die mij iets zelfvertrouwen geschonken had en af toe voor een paar uur meegenomen had om te winkelen of wat dies meer zei, dan had ik waarschijnlijk eerder de inrichting kunnen en durven verlaten. Na drie jaar was ik schuw en wereldvreemd geworden. Het heeft een hele tijd geduurd voor ik weer een supermarkt durfde binnen te gaan. Voor de opname had ik deze angst nooit gehad maar de opgeslotenheid veroorzaakt meer dan enig mens zich kan voorstellen. Er zijn ook mensen, vooral chronische patiënten, die al blij zijn als ze zo nu en dan een brief of kaart krijgen. Mensen welke best weekenden weg kunnen maar door hun omstandigheden nergens naar



toe kunnen, zouden door vrijwilligers begeleid kunnen worden. De mensen staan dan bij het ontslag ook niet in een geheel vreemde wereld. Na een langdurige opname kunnen veel mensen hun genummerd wasgoed inpakken en staan moedeloos op straat. Het is dan ook niet vreemd dat men de man of vrouw weer gauw in de inrichting terug ziet. Particulier initiatief zou een oplossing kunnen zijn. Ik weet ook dat een en ander niet zo makkelijk is, maar ergens moet gestart worden. Zijn er misschien patiënten of ex-patiënten of verplegend personeel welke suggesties hebben die naar oplossing kunnen leiden? En zijn er mensen in een inrichting welke contacten met een derde buiten de inrichting op prijs stellen en in hun belang nodig vinden? Laat het dan de redactie van deze krant weten, misschien kunnen zij er verder iets aan doen.



## KOMEDIE

Afzender was aanwezig op de informatie-avond van 26 maart op St. Servaas, in de Kerkdijk te Venray. Nog hartelijk dank dat u zich de moeite gegeven heeft helemaal naar ons toe te komen. Op die avond stelde ik u voor een andere benaming te geven aan de 'Gekkenkrant'.

Heus, velen, velen zeggen: 'die naam Gekkenkrant, dat klinkt niet, daar moest toch een andere naam voor gevonden worden.'

Op die interessante en positieve avond stelde ik u al voor als naam of titel in de toekomst voor de Gekkenkrant:

- Ze zien het niet meer zitten of
- Mens erger je niet
- Houdt er de moed maar in
- Houw je kalm
- Anders dan anderen ????
- Nerveus?

'Mens erger je niet' lijkt me nog het beste. En plaatjes met hoofddoekjes en rokjes, och, eens een komedies plaatje.

## NAZORG FANTASTIES

Nog even een vluggertje, want moet ook nog eens wat doen. Nog bedankt voor de opname van mijn verblijf in Franeker, nu iets over de nazorg. Ik weet echt niet of die voor alle patiënten zo goed is, maar ik heb anders niks dan lof. Daar ik nog heel veel moeilijke momenten heb en er nog lang niet tegen op kan, kom ik soms elke week, soms om de twee weken voor gesprekstherapie bij dokter Woltman en af en toe nog bij de psycholoog meneer Linker ook, wat erg vermoeiend is, maar toch helpt. Nou dat noem ik fantastisch. In het ziekenhuis waar ik voordien meerdere malen opgenomen ben geweest, moest je dan ook weer komen maar je was er binnen hooguit 5 minuten weer weg. Hier hebben ze de tijd voor je, de ene keer meer, de andere keer minder, vaak ook naar gelang je nodig hebt.

Ik heb dat stukje gelezen van die verpleegster uit Franeker, daar zou ik weleens mee willen praten. Er zijn nog veel wantoestanden en ze moeten ook weleens een isoleer gebruiken of erg veel medicijnen, dat heb ik daar wel gezien. In jullie blad staan ook weleens dingen die misschien overdreven zijn.

Daar deze week voor mij een week is van strijd, pijn en verdriet, heb ik ook gewoon redelijk gepraat tegen de huisarts. Ik wou dood het was allemaal niks meer: hij antwoordt ijskoud wat belet je, je doet maar, waar ik erg van schrok en toen dacht ja, het is moeilijk maar er zijn nog goede dingen en toen hebben we nog verder gepraat. Ik zou nog wel vaker dieptepunten krijgen, maar zouden de dalen zo vlak mogelijk proberen te houden. Maar ik heb Franeker wel erg hoog, hoewel er natuurlijk dingen zijn wat beter kon, maar dat is overal zo. Ik weet niet of het kan, mag en hij of zij het wil, maar ik zou toch echt wel eens

contact willen hebben met die verpleegkundige uit PZ Franeker.

P.S. de naam Gekkenkrant zou ik ook wel veranderd willen zien en misschien zou er een predikant of hoe je het noemen wilt, aan mee kunnen werken, want heel vaak zit je dan ook met je geloof in de knoop.

## KLOTE KRANT 1

Naar aanleiding van het artikel Klote Krant in het aprilnummer van de gekkenkrant dat door een 'collega' geschreven is, menen wij het volgende te moeten opmerken.

1. Er wordt o.a. gesuggereerd dat de krant door de patiënten als tē negatief ervaren

zou worden. We kennen echter velen, die de gekkenkrant lezen en wèl erg waarderen. Ook de "verpleegkundigen"!

2. Medicijnen zullen wel verstrekt moeten worden maar niet in die hoeveelheden, waarin dat nu in sommige gevallen gebeurd. Bij ons zijn genoeg gevallen van overmedicatie bekend.
3. Het is natuurlijk kloterig de indruk te wekken dat het hele verplegend personeel van het P.Z. in Franeker de mening van de schrijver of schrijfster, waarvan zelfs de naam bij ons niet bekend is, deelt.

## k.k. 2

Bij het lezen van de vorige "Gekkenkrant" ben ik toch even geschrokken van een stukje onder de kop "klote krant" en geschreven door, zoals de ondertiteling deed vermoeden, een vertegenwoordiger van een grote groep verpleegkundigen van "Psychiatrisch Ziekenhuis Franeker". Daar ik zelf als leerlingverpleegkundige in voornoemd ziekenhuis werkzaam ben, vroeg ik enige tientallen collega's of zij soms dat stukje geschreven hadden en/of misschien benaderd waren om een uitspraak over de Gekkenkrant te doen. Alle door mij gevraagde collega's bleken van niets te weten. Hieruit bleek me dat de schrijvers(sters) van het bewuste artikel gemeend hebben te kunnen spreken voor een grote groep collega's zonder te verifiëren of hun visie wel representatief is voor het P.Z.F. personeel. Ik ben zo vrij dit een, op zijn zachtst gezegd, grote blunder te noemen. Waarom de gekkenkrant niet als een aanloop gezien om te komen tot een open discussie tussen patiënten en personeel. Misschien zou het een idee voor de redactie zijn om de doelstellingen van de gekkenkrant eens te publiceren? Het is duidelijk dat bij velen het doel van de gekkenkrant niet overkomt.

## k.k.3

Klote krant is een uitdrukking om zich in deze moderne tijd, een status te geven en zal wel gebruikt zijn door (jeugdige)mensen die door opleiding, betreffende psychiatrie, zich niet helemaal zeker voelen - met hun studie.

Want de vragen als, ja - nee - of ik weet niet hangen de patienten de keel uit. Patienten willen veel van gedachten wisselen en via de G.K. uitwisseling van de ervaringen, die zij opgedaan hebben in de praktijk, en zo proberen om door het negatieve (wat door de gestudeerde is gemaakt) heen te komen. Laat schrijver uit no. 9 eens wat positiefs horen, dan kan daar misschien op ingehaakt worden. (Ben benieuwd, want volgens schrijver kan het.)

Vergeet niet redactie en lezers en/of schrijvers lopen niet achter. Win een abonnee.

## DOKTER STOLK 1

In uw blad deed u een oproep aan patienten van dokter Stolk, waarop ik gaarne antwoord geef. Ik ben 10 weken bij hem opgenomen geweest. Met dokter Stolk heb je weinig contact. Eén keer per week komt hij de ronde doen en dat vindt plaats onder het middageten. Dan kan je toch niet rustig praten waar ze allemaal bij zitten en onder het eten. Wil je hem nog eens spreken dan moet dat via de hoofdzuster en die vraagt dan de reden. Maar een echt contact heb je niet. ER STAAT EEN MUUR TUSSEN. Als je via de hoofdzuster dan met hem kon spreken duurde het een kwartier, maar hij is zo voorzichtig. Er gaat niets flinks van hem uit. Dan zei ik over de therapie, dat we naar andere zalen moesten, maar het was juist goed zei hij als we met andere mensen in aanraking kwamen. Een keer, zonder dat ik het wist, kreeg ik een Tryptizolkuur, dat hielp ook niet. Dokter Stolk ging met vakantie en toen zagen we in 3 weken geen dokter, de waarnemer had 2 paviljoens met 80 mensen. Als je iets wilde vragen legde de hoofdzuster een briefje voor hem neer en zo kreeg je antwoord. Je sliep op een zaal met 16 mensen en 's avonds wilde je vroeg naar bed, maar dan moest je tot 10 uur wachten op je slaaptablet. De zalen waren akelig hoog en ongezellig. De WC kon niet op slot. De buitendeur was wel op slot. Als ik mijn kinderen belde, moest ik een briefje hebben van de hoofdzuster.

Volgens mij moeten de zalen klein zijn. De dokter moet een vriend zijn. Therapie is wel goed, maar dan moet je iets doen waar je zin in hebt. Sommigen moesten bonen afhalen en koekjes inpakken voor JAMIN. Een erg geestdodend werk.

Ik vroeg of ik een week naar huis mocht en als dat goed ging of ik dan voorgoed naar huis mocht; dat werd goed gevonden. Ik kwam terug en dr. Stolk vroeg hoe het gegaan was, ik zei best, maar dr. Stolk zei 'ik vind u nog niet zo goed, maar probeer het maar'. Ik ben weer ziek geworden, maar ben thuis gebleven. Als ik de naam DELTA hoor denk ik altijd aan iets ergs. Als je daar geweest bent, dan ben je heel erg. Als ik van die depressies afkom, dan geef ik een heel groot feest.

## DOKTER STOLK 2

Ik ben geen patiente. Ik ben in DELTA gekomen door een maatschappelijk werker uit E. Die heeft afgesproken in DELTA, dat ik daar tijdelijk zou komen, totdat er iets geschikts voor mij zou zijn, het was slechts een tussenschakel zei hij. Als ik alles had geweten dan had ik medicijnen geweigerd om te gaan werken.

Dr. Stolk van Rustoord en Heyplaat heeft mij in het begin van mijn verblijf gezegd, dat mijn verhaal uit E. niet waar was, ik ben achterdochtig geweest, zei hij. Dan was ik inwendig zo gebelgd. Ik ben van Heyplaat weggegaan voor die vent. Als ik terug zou komen zou ik hem iedere keer van repliek dienen of zorgen dat ik niet meer met hem in aanraking kwam. Och nee, dat laatste is eigenlijk niet goed, want dan kan ik hem niet vragen naar een tehuis waar ik naar toe wil. (. . . . .) Ik ben vanaf mijn 31ste jaar dwars gezeten en gepest. Eerst door wijlen mijn man, toen jaren en jaren door de kerk en de ambtenarij, toen door de inrichtingen. Ik kan het allemaal niet beschrijven. Het was beestachtig.



## GEK AFGEKEURD

Hierbij zou ik graag willen reageren op uw krant 'De Gekkenkrant'.

Mijn persoon zit al enige tijd in de verpleging, waarvan de laatste tijd in een psychiatrisch ziekenhuis. Ook lees ik al enige tijd uw krant. Maar sinds ik in de psychiatrie werk, moet ik helaas uw krant als 'informatie'middel voor de verpleegden afkeuren. Persoonlijk zou ik deze krant nooit aan een patient van 'mij' geven. Alleen al om het feit dat zij, zowel als ik, de naam Gek ten zeerste afkeuren. Uw krant is zo vol kritiek, dat dit onaanvaardbaar is. Er zijn ook zoveel mensen die te spreken zijn over de verpleging in een psychiatrisch ziekenhuis. Als we deze krant zouden geven aan b. v. een opnamepatient (als welkomgeschenk) dan kunnen ze erg bevooroordeeld raken en staan misschien gelijk negatief tegenover hun genezingsmethoden en/of inrichting/ziekenhuis. Zoals in ieder bedrijf, waartoe ik dan nu ook deze inrichting maar reken, zijn goede en kwade dingen te vinden. Waarom moet er over het kwade geschreven worden en wordt het goede doodgezwegen?



## MESJOGGE D'R UIT

Op 5 juli 1970 nam ik - o. a. door oververmoeidheid door 200 uren werken per maand enorme spanningen in mijn (inmiddels ontbonden) huwelijk en het huishouden met twee kinderen van destijds 5 en 7 jaar - een overdosis aan slaapmiddelen in. Vier dagen duurde het, eer ik opgenomen kon worden, om wat tot mezelf te komen.

Op 9 juli werd ik door de GG en GD per brancard afgevoerd in een ziekenauto naar het St. Lucasziekenhuis. Toen ik een beetje tot mijn positieven kwam, bleek dat: ik niet in mijn bed mocht liggen; dat ik niet alleen op de zaal mocht blijven; aangekleed moest zijn en allerlei huishoudelijke bezigheden moest doen, zoals eten verzorgen, tafels dekken en afruimen, afwassen, afdrogen, kortom net datgene waarvoor mijn dokter me had laten opnemen, om dat nu even niet te hoeven doen!

Dit alles was nl. in het kader van de 'therapie', véél doen. Er was ook nog zoiets als 'creativiteit', waar je o. a. je eigen sieraden mocht proberen te maken. (Iets wat ik al jaren deed, zodat het me op dat moment nu ook niet erg aanlokte.)

Het bleek, dat ik op de gesloten psychiatrische afdeling van het Lucas was beland, en temidden van doorgesneden polsen e. d. zat. Stiekum belde ik mijn huisarts, die zich rot schrok, dat was nu net niet zijn bedoeling geweest.

Een zich nooit aan me voorgesteld hebbende - zichzelf wondermooi vindende - psychiater

vroeg me, of ik geen spijt had van wat ik gedaan had, en nog meer van die lulligheden, alsof ik een klein kind was. Tegelijkertijd ging ik door de medische gehaktmolen, en toen me onder m'n voeten kraste, vanwege de voetzolen-test voor de reflexen en ik zei: 'hè, lekker, ik hou er van om onder mijn voeten gekriebeld te worden', schrok de jonge assistent zichtbaar, en vertrok haastig. Ik genoot - ondanks mijn rotzooi, - van mijn zij het kleine, succesje.

De dag was verder een steeds weer onder-vraagd worden door de psychiater of zijn assistent. De laatste was erg lief, begrip-pend en menselijk; de eerste was, althans volgens zichzelf, zeer duidelijk Onze Lieve Heer.

Ik wilde daar weg en gaf als reden op mijn verjaardag enige dagen later, mijn verhuizing aan het einde der maand, en . . . ik wilde naar mijn kinderen.

Nu, die verjaardag was larie, want'als het u gelukt was, was die er ook niet geweest'; aan de kinderen had ik moeten denken vóór mijn daad; en wat betreft die verhuizing: 'daar neemt u toch een binnenhuisarchitect voor dan!'

Ik werd eindelijk kwaad, door mijn verdriet heen en vroeg hem of ik hem wat mocht vragen. Ja, dat was altijd toegestaan. Ik siste hem toe: 'wie van ons twee is het gekste, u of ik? Waarom denkt u, dat ik 200 uren per maand maak? Omdat ik zo krap in mijn pegulanten zit, snapt u?!'

Hij werd wat wit om de neus en zei ijszig: 'u bent hier op eigen verzoek, u kunt gaan als u dat wenst. Nu, ik wenste dat. 'Als uw man dat dan ook maar wenst. . ' Ik kromp alweer in elkaar. Wat had er zich tussen die twee afgespeeld? Wat wist hij van mijn man's visie?

Ik hield voet bij stuk, vertelde het 's avonds aan mijn man (die het helemaal niet leuk vond dat ik terugkwam, 'het was zo lekker rustig thuis!'), en na een papier getekend te hebben dat ik tegen de wil van de mij behandelende geneesheer wegging, en nooit meer terug mocht komen (!?!), zwabberde ik weer per tram en bus naar huis.

Mijn huisarts heeft me verder opgevangen en begeleid, waar ik hem tot op heden ontzettend dankbaar voor ben.

Ik zal d us ook wel onder de categorie 'gek' thuishoren; nu, ik voel me best bij mijn gek-zijn. Ik kan daarom best - als niet d'r in maar d'r buiten lopende - begrijpen hoe het is in de diverse 'klinieken'. Je gaat er moe in en komt er - als je mazzel hebt om er uit te komen - mesjogge uit.

Veel sterkte voor iedereen d'r in.

# VERDACHTE V



Verdachte V werd van een zeer ernstig misdrijf verdacht en dientengevolge eiste de rechter levenslange gevangenisstraf. Nu legde de psychiater de volgende verklaring af: "V is een psychopaat." Nu schijnt het zo te zijn, dat de psychiater P. hoopt, op deze wijze te verkrijgen dat V. ontoerekenbaar verklaard wordt en op deze grond vrijgelaten wordt. Nu is het in het algemeen zo, dat een medisch attest (wat de verklaring van P. bedoelde te zijn) als een handelsartikel beschouwd wordt. De structuur van de sociale verzekeringen werkt dit verschijnsel sterk in de hand. Een arts staat dikwijls voor een moeilijke opgave. Het publiek beschouwt een arts niet als iemand, die de zieken moet genezen, maar als een soort secretaris, die attestjes moet schrijven. Aan de ene kant staan de would-be patiënten, die attestjes willen hebben, teneinde zoveel mogelijk van de sociale verzekeringen te profiteren ("We betalen toch premie, dus we moeten op zijn tijd er iets voor terug hebben") en aan de andere kant staan de uitvoerders van de sociale verzekeringswetten, die het aantal attesten liefst zo gering mogelijk zien. In de praktijk zijn de bonafide aanvragers de dupe van zulke praktijken, want de simultanen worden meestal bevoordeeld ten koste van diegenen, die werkelijk ondersteuning nodig hebben. Het wordt voor een arts dikwijls zeer moeilijk om eerlijk te blijven en zijn eigen, op goede gronden gefundeerd oordeel te doen gelden. Zowel een bepaalde categorie verzekerden, als de verzekeraars verlangen van een arts voortdurend, dat hij een verklaring aflegt die niet met de werkelijkheid strookt. Een arts komt inderdaad tussen twee vuren te staan.

Maar nu het onderhavige geval: P. noemde V. een psychopaat. Het is nu wel zo, dat hij op deze manier probeerde voor V. vermindering van straf te verkrijgen, dus hij was feitelijk getuige à décharge, maar je zal toch zo'n verdediger krijgen!!!!!! Dat iemand uitgescholden wordt voor rotstraal of zoiets fraais, is tot daar aan toe, maar psychopaat!! Dat is een nog veel erger scheldwoord dan analphabeet. Als door toedoen van psychiater P. verdachte V. wordt vrijgesproken zal m.i. zijn eerste werk zijn, dat hij P. een oplawaai geeft. Daar zou hij groot gelijk in hebben. Maarrrrrrr.....

Als hij een oplawaai geeft, bewijst hij daarmee, dat hij zeer normaal is, dus hij wordt niet vrijgesproken. Maar als hij niet vrijgesproken wordt, kan hij P. geen oplawaai geven. Dat wordt een ingewikkelde puzzel. Er resulteert uit, dat P. V. ongestraft kan

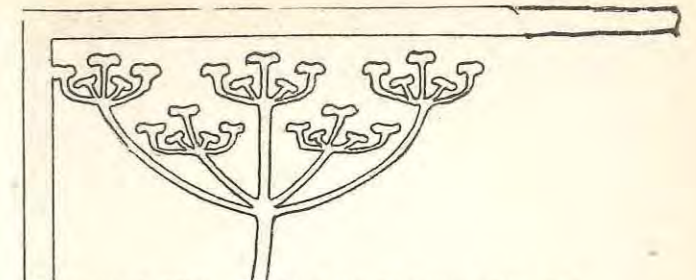
uitschelden. Ik vind het een laffe streek. Ik heb altijd geleerd:  
1. Liegen is altijd zonde.  
2. Liegen is iets zeggen waarvan men weet of meent, dat het niet waar is. Dus P. liegt, dus P. zondigt.  
Men kan tegenwerpen: Een onwaarheid is nog geen leugen, als er maar iemand is, die het gelooft, of er door misleid wordt. Dus P. liegt niet. M.i. liegt men wel, als men iets zegt, dat an sich waar is, maar onder zulke omstandigheden, dat de toehoorder het verkeerd begrijpt. Als hier een ei is en ik zeg: "Hier is een ei", dan spreek ik de waarheid, als mijn toehoorders uitsluitend Nerderlanders zijn, maar ik zou liegen als mijn toehoorder een Engelsman is, want hij zou kunnen verstaan: "Here is an eye", wat niet juist is.  
Om op de onderhavige strafzaak terug te komen: al zegt P. iets, dat niet waar is, daardoor zondigt hij nog niet, want er is tóch niemand, die het gelooft. Of men moet definiëren: een onwaarheid is óók een leugen, als tengevolge van het uitspreken van die onwaarheidfeiten voorvallen, die zonder het uitspreken van die onwaarheid niet zouden voorvallen. Als P. dus op zijn manier zou bewerkstelligen, dat V. vrijkomt, dan heeft P. dus gezondigd.  
Als iemand zegt: "ik lieg", dan geeft hij te kennen, dat hetgeen hij zegt, niet waar is, dus het is niet waar, dat hij liegt, dus hij spreekt de waarheid, maar dan is het dus waar, dat hij liegt, dus wat hij zegt is niet waar, dus het is niet waar dat hij liegt, dus hij spreekt de waarheid, dus het is waar wat hij zegt, dus hij liegt inderdaad, maar als hij liegt, is hetgeen hij zegt niet waar, dus hij liegt niet enz. enz. enz.  
Er zit toch nog een fout in de redenering. Als P. zou bereiken, dat V. vrijgesproken wordt (op grond van ontoerekeningsvatbaarheid), dan zou V. op vrije voeten komen. Als V. inderdaad ontoerekenbaar is, dan zal hij waarschijnlijk P. niet aanvallen. Maar als V. normaal zou zijn, dan zou hij met de meeste spoed P. een oplawaai geven. Omdat hij daardoor zou bewijzen, normaal, dus toerekeningsvatbaar te zijn, zal de politie hem dan onmiddellijk weer arresteren. V. zou dan in elk geval een - zij het kortdurende vrijheid genoten hebben. Maar misschien wil P. op deze manier wel onderzoeken of V. al of niet toerekeningsvatbaar is. Dus het zou hem er om te doen zijn de waarheid te weten te komen. P. beoefent de waarheidsliefde op een zeer heldhaftige wijze, want hij riskeert een schedelbasisfractuur. Of hij moet van de juistheid van zijn theorie omtrent V's ontoerekeningsvatbaarheid zo overtuigd zijn, dat hij geen enkel gevaar voor zichzelf ducht.



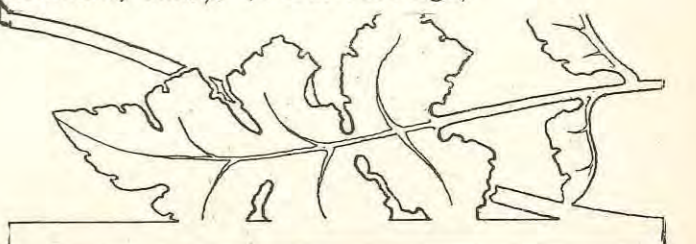
# OVERLEVEN

Alleen als de wetenschappers zich bezig houden met het verbeteren van delinquenten en (of het verbeteren van psychiatrische patiënten = met grote vastberadenheid, in zet en vernuft niet vies zijn aan de hen toevertrouwd (of uitgeleverd) menselijke warmte te geven), is er een reële mogelijkheid dat ze heuse zuivere suksessen boeken, niet de belastingpenningen verkwisten en hun geweten belasten. Verblijf je in een geheel of gedeeltelijk behandelingsmilieu waar je gewaar wordt dat ze niet kunnen, know-how, primair stellen, maar human touch, genegenheid voor de medemens, dan beoogt dit artikel niet meer te zijn voor je dan een kennisgeving. Verblijf je evenwel in een milieu waar je de "wetenschappers" en hun medewerkers echt als zijnde "asbakken" blijft ervaren dan kun je wellicht een les uit mijn ervaringen van 7 jaar 2555 dagen: 61320 uur verblijf in volstreekte afzondering, in een kille isolatie, trekken met het oogmerk je strijd te winnen of... te overleven. Vooropgesteld dient wel te worden, dat het vaak meer voor je pleit als je buiten de strafcel, isolatie, longstay weet te blijven en buiten de afzondering, je gelijk weet af te dwingen of je positie weet te verbeteren. Maar hoe uitgeslagen je ook moge zijn in een "asbakken" milieu kun je tussen het beton van "3 bij 3" verzeilen en..... enfin!

Besef: je macht is niet groter dan het ingrijpend vermogen van een mug. Tegenover je vindt je - denkend aan macht en gebruik in een mislukte therapeutische omgeving - zoiets als een enorm zware, rollende wals. Een "wals" die met in de hand een geheel eigen (lees: te eigen) ethiek en moraal bereid is je eerst mateloos te vernederen en je nadien mentaal(en soms niet alleen mentaal) te pletten. Probeer, hoe het je ook moge tegenstaan, je eveneens een eigen ethiek en moraal te verwerven (tijdelijk natuurlijk). Je zit tussen, in het kale kille beton "tover" zoveel mogelijk zon aan de kim, je horizon. Bijvoorbeeld: zit je met de vraag moet ik nou in deze cel voor straf of om steeds maar weer beter, beter en nog beter te worden een dag of drie dagen verblijven? Laat het antwoord zijn: "Het is een dag. Hoogstens! Langer duurt het niet!"



Er verstrijkt een dag en je weet dus dat je "gok" mis is geweest, maar ondertussen ben je wel een tikkeltje (soms meer) gewend geraakt in de zielknijperij. De zielknijper: de pers waar je geest in en tussen zit. De tweede dag breekt aan, je vraagt je weer af: Hoelang duurt dit nog? Wel: trek weer met alle macht aan de noodrem van de alternatiefloze knop en reken weer naar je toe. Druk de uitkomst van de hoogst ellendige calculatie. Maar zul je zeggen: Dat gokken komt steeds maar niet uit, steeds val ik in de nietjes! Oké, maar het gewinnen aan de afzondering wordt step by step een feit en meer en meer raak je wat minder bang voor de tegenslag formule luidend: "Je moet nog afgezonderd blijven!". Je "asbak" (aangenomen wordt door schrijver en steller dezes dat het beeld van die ander juist is) je cipier... wil sterretjes voor je ogen slaan. Zijn (haar) middel: je bakken in verlatenheid, totdat je gaar bent. Haal met dolle vastberadenheid zonnetjes (optimisme) voor je geest, in je geest. Bouw op dit stramien als het om een aantal isolatie- en afzonderingsdagen gaat, voort. Wees in de afzondering vriendelijk en betoon alle begrip. Ik denk nu natuurlijk larie-vriendelijkheid, larie-begrip. Je wilt overleven. Je gunt je vijand geen sukses. Daar gaat het om en daar gaat het alleen om. Realiseer je boven alles: als je een veldslag verliest, dan heb je per definitie de oorlog nog niet verloren en je zult vele veldslagen verliezen. Dat kan dus weinig zeggend zijn, als het om het eindresultaat gaat. En..... daar gaat het om. Je wilt immers jezelf blijven. Op gegeven moment en (er wordt ook vaak met medicijnengewerkt of soms met zielinkapselingen) kun je zo door de knieën gaan dat je je meer dan volledig in de grond geboord voelt. Capituleer! Maar natuurlijk tijdelijk (of zet je oorlogje met andere middelen voort). Heb je weer kracht opgedaan dan schiet je weer op die plettende wals. "Vriendelijk" en met "begrip" voor die ander. Hit en run! (Aanvallen, terugtrekken, aanvallen, terugtrekken, enz.). (wordt vervolgd)



# VELDWIJK



Gisteren kreeg ik van mijn vriendin 3 gekkenkranten en heb ze doorgelezen, nog niet alles maar toch wil ik jullie schrijven over mijn ervaringen als patient in ziekenhuis Veldwijk waar ik nu een half jaar verblijf en op korte termijn ga verlaten. Ik kwam er als totaal verdorde bloem en wilde niets meer. Ik heb het in dit afgelopen jaar soms vreselijk moeilijk gehad en veel zelfmoordpogingen ondernomen, wat ik na goede afloop weer erg vervelend vond, dat ik mezelf toch weer zover had gekregen. Ik hoopte zoveel mogelijk op, hoe negatiever hoe beter, en alles zo negatief mogelijk opvangen, me niet laten helpen al waren er genoeg mensen. Jaren was ik al zo bezig, ik zat er goed in vastgeroest. Eerst denken aan zelfmoord, van 16 jaar tot 21 jaar, toen wilde ik en deed het en het werd dus steeds erger. Hoe dit allemaal zo gekomen is weet ik. 'Jeugdtrauma', daar wil ik verder niet over uitwiden en dat is ook niet nodig. Door groepsgesprekken, individuele gesprekken en transactionele trainingen kwam ik tot het inzicht wat ik al die tijd eigenlijk gedaan had en waardoor ik mezelf steeds weer in moeilijkheden bracht met relaties die stuk liepen, het in jezelf duiken, en geen contact meer willen, verwaarlozing, drugsgebruik.

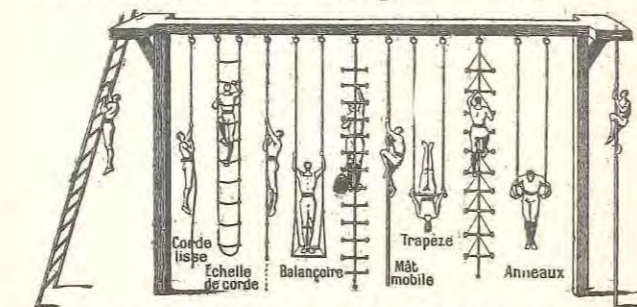
Ik zag mezelf als een mislukkeling en wilde ook niets goed over mezelf horen, ik wilde graag leven, maar op de manier die ik mezelf had aangeleerd was dat onmogelijk met het gevolg dat ik ook graag dood wilde en als het goed ging, kreeg ik zoveel angsten, dat ik mezelf weer in het negatieve patroon werkte. De ervaringen die ik in dit paviljoen heb opgedaan zijn beslist positief. Ook heb ik gelezen dat jullie op Veldwijk geweest zijn maar volgens mij erg weinig weten nog hoe het hier gaat.

Zondag is nl. niet zo'n geschikte dag; vrije weekenden zijn toegestaan, als je zelf zover bent dat je het aankunt, dus, velen waren weg. Ik zie het positieve weer van het leven, door mezelf, want men laat je jezelf ontdekken wat je doet en hoe je het anders wilt. Zo heb ik mijn psychiatrische behandeling ervaren. 't Enige waar ik nog wat negatief tegenover sta is de maatschappij, die volgens mij niet zo positief is over een mens die een behandeling heeft ondergaan in de psychiatrie. Ik werd ook wel eens platgespoten, ik was dronken en zou in de separeer slapen dan had de wacht meer zicht op me en de verantwoording me naar boven te laten gaan was te groot, maar ik werd dan ook vaak zo agressief dat ik wel naar de isoleer moest en een kalmerend spuitje kreeg. Ik geef toe, er

zijn wantoestanden in sommige inrichtingen en misschien ook op Veldwijk, het is een groot ziekenhuis en voor mij moeilijk te overzien. Maar ik ben de behandeling positief doorgelopen en ik was erg ziek toen ik hier kwam. Nu voel ik me o.k. en ik wil weer leven, al is het soms moeilijk. Kom nog maar eens naar Veldwijk, maar dan in overleg natuurlijk; ik wil jullie best rondleiden.

Ik wil niet zeggen dat Veldwijk een volmaakt ziekenhuis is, maar er wordt wel degelijk hard aan en met de mensen gewerkt met de huidige behandelingstechnieken, zoals bijvoorbeeld: groepstherapieën, transactionele analyse, psychomotorische therapie, arbeids- en bezigheidstherapie, arbeidsrevalidatie- en scholing, muziektherapie, token-economy (binnenkort), poliklinische behandeling, enz. En dit gebeurt niet alleen in de algemene psychiatrie, maar ook in de geriatrie en oligofrenie.

Al met al bekijk de dingen ook eens van de andere kant, het kan echt geen kwaad.



## DENNENOORD

Hoewel ik tijdens mijn verblijf van 16 aug. t/m 25 sept. 1974 in "Dennenoord" in Zuid-Laren zo op het oog weinig schokkende dingen heb meegemaakt, is het toch de moeite waard enkele feiten te vermelden, waaruit blijkt dat deze inrichting niets anders is dan een gekkenfabriek. Wanneer ik melding maak van positieve ervaringen (ik denk niet dat dat mogelijk is), dan doe ik dat niet, om aan te tonen, dat een inrichting ook zijn positieve kanten heeft, maar om de negatieve te accentueren. Er zijn geen misstanden in psychiatrische inrichtingen, nl. het systeem als zodanig is een wantoestand. Laat ik beginnen met een stukje voorgeschiedenis. Ondanks een goede groepstherapie in het academisch ziekenhuis in Groningen bleken mijn moeilijkheden zich dermate op te stapelen, dat ik op den duur besloot de pijp aan Maarten te geven. Ik ben toen van 11 meter hoogte uit een flat gesprongen, maar ben in leven gebleven. Wel moest ik 5 weken lang platliggen, vanwege een aantal gekneusde ruggewervels. In eerste instantie kwam ik in het academisch ziekenhuis terecht, op de psychiatrische afdeling, maar omdat ik niet toegankelijk bleef voor een behandeling, moest ik naar "Dennenoord".

## DIENSTIJVER

Wanneer ik niet vrijwillig gegaan zou zijn, zou ik onder machtiging gestuurd worden. Ik ging dus gedwongen - vrijwillig. Of ging ik vrijwillig - gedwongen? Ik weet het niet, ik word weer gek, geloof ik. Toen ik er 3 dagen was kwam de afdelings psychiater, dr. Muller (geen familie van Carel gelukkig) langs. De goede man placht in een record tempo de zalen af te racen, en de rest van de dag zag je hem niet, behalve wanneer je een gesprek aanvroeg. Dit laatste gebeurde bij mij pas na 3 weken; Muller wenste uitsluitend op zijn eigen bureau met mij te praten, omdat het op de ziekenzaal te druk zou zijn. Waarschijnlijk wist hij niet, dat de zaal overdag nagenoeg leeg was, vanwege de arbeidstherapie. Goed, daar kwam hij dus aan. zich met zalvende glimlach verontschuldigd voor het feit, dat hij een doktersjas aan had. Alsof hij zeggen wilde: "Kijk eens hoe progressief ik ben". Ik werd weldra op medicijnen gezet, omdat mijn moeilijkheden ongetwijfeld de oorzaak hadden in een hersenkronkel, wat trouwens o, wonder der wetenschap - met een EEG - onderzoek aangetoond kon worden. Dat gek zijn een lichamelijke ziekte is bleek ook uit de overdreven aandacht van de verpleging aan de lichamelijke verzorging; ik moest vooral mijn eten niet laten staan, altijd was men paraat als ik moest poepen enz. Helaas (gelukkig?) had ik een verstopping zodat, omdat ik nauwelijks poepte, ik automatisch nauwelijks contact had met de verpleging. Een-keer lukte het mij 10 minuten lang met broeder Bokhoven te praten - toen ik gescheten had - maar deze broeder kreeg terstond op zijn donder van broeder Nonkes, omdat hij (zo zei Nonkes letterlijk) teveel aandacht aan een patiënt besteedde. Ik leidde een monotoon bestaan want ik lag - zoals uit het voorgaande wel gebleken is - de hele tijd op bed omdat ik nog niet lopen kon. De inrichting zorgde echter voor afleiding door drie keer per week bezoek toe te laten. Buiten de bezoeken om was geen contact met de buitenwereld mogelijk om besmetting te voorkomen. Ook zorgde de inrichting voor vertier, door middel van een medepatiënt die op mijn zaal lag met een paar wervelkneuzingen. Die had hij n.l. opgelopen bij een, zonder toezicht van een arts, door de verpleging uitgevoerde electroshock therapie.

Ondanks dit alles wist ik - uiterlijk tenminste - een redelijke stemming op te bouwen bij mijzelf. Zodoende werd ik tot mijn stomme verbazing na 5 weken losgelaten. Ik kreeg een recept mee van dr. Muller, waarmee ik 100 luminal tabletten bij de apotheker mocht halen, genoeg om 2 mensen de dood in te jagen. En dat terwijl Muller behoorde

te weten, dat ik suïcidaal was, zoals dat heet. Bovendien had hij zich verschreven, ik gebruikte n.l. 10 milligram tacitin, een betrekkelijk onschuldig middel. Maar laten wij hem zijn dienstijver vergeven, tenslotte schreef hij dagelijks monsterachtige recepten uit. - sommige mensen slikten 24 pillen per dag.

## interview met iemand van de bewonersraad sint bavo

Sinds enkele jaren zijn er in de verschillende inrichtingen bewoners- of patiëntenraden werkzaam. Deze raden, waarin alleen patiënten zitting hebben, proberen het leven van de opgenomen mensen in de psychiatrische ziekenhuizen te verbeteren. Er is veel te doen. De problemen die deze raden tegenkomen zijn talrijk en moeilijk. De ervaring van de bewonersraad in de BAVO leert dat de bewoners van de psychiatrische centra vaak niet van elkaar weten waar zij aan werken en op welke manier dat dan gebeurt. Uitswisseling van ervaringen onder de al bestaande bewonersraden en het op de hoogte brengen van de patiënten in die inrichtingen waar nog geen bewonersraad bestaat is hard nodig. Tegenwoordig vergaderen de bestaande patiëntenraden al om de 2-3 maanden, maar er zijn slechts 14 patiëntenraden in 40 psychiatrische ziekenhuizen.

\* U leest de Gekkenkrant. Wat vindt U ervan?

Ik heb eigenlijk 3 opmerkingen over de Gekkenkrant. Eén: wees niet altijd negatief. Twee: geef patiënten weer hoop door positieve artikelen; en drie: besteedt hoogstens 50% van de beschikbare pagina's aan het signaleren van die wantoestanden. Op het ogenblik besteedt U aan dat laatste wel 95%. Als je die krant nu leest krijg je als patiënt de indruk dat het overal een vreselijke troep is en je zucht: "Wat een ellende en wat een schoften!" Je wordt hoe langer hoe gedeprimeerder en je komt nog meer in de put te zitten.

\* Het is somber nieuws?

Ja, het is somber nieuws en de mensen in de inrichting zijn al zo somber. Je moet er iets tegen over stellen. Wat positieve berichten waar ze wat moed uit kunnen putten. Er zijn patiënten die denken dat ze zo'n beetje in een soort gevangenis zitten waar ze niet uit kunnen en niets mogen zeggen. Ze voelen zich opgesloten alsof er tralies rond de kliniek zitten en ze willen eigenlijk zo graag een beetje hulp van buiten. Je zou dus mensen kunnen opwekken om met elkaar te gaan korresponderen. Iemand uit

Assen met iemand uit de BAVO, of iemand uit Vogelenzang met iemand uit Coudewater.

\*Dat gebeurt toch ook wel?

Nee, veel te weinig. En, oh ja, verbeter de omslag van het blad. Het zijn van die griezelige platen, die wekken onlustgevoelens op.



\*Waarom zou het leven buiten de kliniek prettiger zijn als erbinnen?

Ik ken hier een man, daar raakte ik mee aan de praat en die zei: "Nou moet je eens horen. Ik zit op een open afdeling. Ik heb een goed bed, en het eten wordt voor me neergezet. Ik hoef dus niet naar de kruidenier, niet naar de bakker of de slager om eten in te slaan en ik werk 50 meter van mijn bed. Ik heb dus een baantje dat ik leuk vind. Ik kan 's avonds naar het restaurant voor patiënten, daar kan ik met vrienden een pilsje drinken. Waarom zou ik nu teruggaan naar Rotterdam?"

Ik heb hier 20 jaar gezeten, als ik daar naar toega ken ik niemand. Dus ik zit daar zonder kennissen en zonder werk, en moet dan weer helemaal voor mezelf gaan zorgen. En dat is mij allemaal te bezwaarlijk."

Had die man gelijk? Welnee.

Kijk, in de kliniek moet je eten wat de pot schaft, maar als je op jezelf woont, bepaal je zelf wat je wilt eten. Buiten de kliniek kun jezelf je genoegens kiezen. Je kunt naar een nachtvoorstelling in een bioscoop, je kunt lekker een paar dagen naar je vriendinnetje in Maastricht, je kunt een leuk feestje bouwen met een paar vrienden in Rotterdam en je praat dan ook over allerlei andere zaken met je kennissen. In een psychiatrische kliniek praat je uitsluitend over patiënten, doktoren, verplegers en pillen en je ergert je over die zaken. Maar als je weer op jezelf woont in Groningen, Vlissingen of in het buitenland, dan praten je kennissen over hun zaak of het bedrijf waar ze werken. Of ze praten over hun vakantie, hun kinderen, hun auto, of ze hebben het over een tentoonstelling, etc. In de klinieken is het leven eentonig, maar daarbuiten is het vol afwisseling.

\*Is dat ook Uw eigen ondervinding uit de tijd dat U nu opgenomen bent?

Nee, het is niet zozeer mijn eigen ondervinding, maar meer van ver-

schillende mensen die ik hier uitspreek. Net zoals dat gesprek van die man over wat hij buiten de kliniek eigenlijk zou moeten doen. Toen dacht ik: dat kan ik je eigenlijk niet zo één twee drie vertellen. Maar het is mijn overtuiging dat het leven buiten de kliniek beter is. Iets heel gewoon heb ik weleens gemerkt. Ik was opgenomen op een grote afdeling met ongeveer 60 patiënten. Op een gegeven ogenblik werden we gevraagd om met z'n tienden in een herenhuis aan de straat te gaan wonen, buiten het terrein van de Bavo dus. In de eerste weken zaten we 's avonds wat naar buiten te kijken en wat met elkaar te praten. Toen zegt er één van ons: "Moet je nou eens naar buiten kijken dat heb ik nou in 10 jaar niet meer meegemaakt." Hij zag een vrouw op straat lopen achter een kinderwagen.



\*U zei net dat er meer positieve artikelen in de krant moeten worden opgenomen. Kunt U een voorbeeld noemen?

Bijvoorbeeld een artikel over hoe je de kliniek uitkomt. De officiële weg weten we allemaal wel zo'n beetje, maar de onofficiële weg, hoe zit het daarmee? Je kunt namelijk wegllopen. Als dat gebeurt en men staat buiten, dan weet men het vaak niet meer. Je moet dus die mensen een beetje op streek helpen. Zeg ze: Als je nu toch wil wegllopen, gebruik dan een beetje je hersens, zorg dat je geld bij je hebt, en dat je een adres hebt van iemand die je kan helpen. Misschien iemand van Release of



van het J.A.C. Dat soort voorlichting. Het is misschien niet helemaal loyaal tegenover de wetgever, om iemand die gevluht is uit de kliniek te helpen, maar het is meer de mensen voorlichten dan opstoken.

\*U wilt dus mensen die toch het besluit nemen om weg te gaan uit de kliniek, zo goed voorlichten dat ze goed voor zichzelf kunnen zorgen en niet meer alleen staan?

Ja, dat lijkt me erg nuttig.

\*Wanneer is eigenlijk de bewonersraad van de Bavo opgericht en hoe is dat gegaan?

Kijk, dat zat zo. Drie en een half jaar geleden werd er gekankerd op het eten. De pap was niet goed, de soep te zout en meer van dat soort dingen. De klachten kwamen wel bij de verpleging en soms belde de verpleger de keuken eens op, maar er gebeurde verder niet zoveel. Er is toen op een moment een menu-kommissie ingesteld van 4 personeelsleden, die elke week vergaderden over suggesties en voorstellen tot verbeteringen. Die commissie kwam tot de ontdekking dat het noodzakelijk was om ook de patiënten zelf daarin op te nemen. Dat gebeurde. De eerste keer dat die patiëntenvertegenwoordiger in de commissie kwam, had hij 160 klachten verzameld. De tweede keer was dat alweer minder gezegd worden, zo'n tachtig. Het werd steeds minder. Verbeteringen werden aangebracht, en gerechten die niet in de smaak vielen werden niet meer klaar gemaakt. Dat vonden ze in het begin erg gek. Ze zeiden: "Het is toch zo goed voor een mens". Ondertussen ging het eten met bakken naar de vuilnisloop.

\*Dat was dus de eerste keer dat de patiënten iets konden zeggen over het reilen en zeilen van de Bavo?

Ja, dat ging toen zo een tijdje door tot het moment dat de patiënten tegen elkaar zeiden: "we zitten nuwel te klagen over het eten, maar mogen we nu ook eens klagen over de verpleging of over de arbeidstherapie?" We hebben toen 5 patiënten bij elkaar getrommeld. Die mensen hebben de verkiezingen voorbereid van de leden die in de bewonersraad zouden moeten komen. Er werden papieren door de hele

inrichting gestuurd aan alle patiënten persoonlijk, waarin uitgelegd werd wat de bedoeling van die raad was. Dus niet alleen de belangenbehartiging van het eten, maar ook de huisvesting, de arbeidstherapie, en het beheer van de patiëntengelden. Die bewonersraad is er toen gekomen en werkt nu ongeveer drie jaar. In de bewonersraad zitten 5 patiënten die de beschikking hebben over een kantoor met alles erop en eraan. Twee mensen van de raad hebben aan dat werk een volle dagtaak. De andere drie leden verdelen hun tijd tussen werk voor de bewonersraad en de verschillende commissies waar zij werkzaam in zijn en hun therapieën. De hele dag kan men het kantoor binnenlopen. Eenmaal per week hebben die leden van de raad een vergadering van een uur. Dan is er verder éénmaal in de maand een vergadering met alle afdelingsvertegenwoordigers, dat zijn zo'n 40 patiënten. Ze wisselen dan ervaringen uit en de bewonersraad heeft dan vaak mededelingen en informatie voor de patiënten die hun afdeling vertegenwoordigen. We hebben ook een "open stoel" waarvoor we een gast kunnen uitnodigen. Dat zijn zo in de loop der tijden de geneesheer-directeur, de economische directeur, het hoofd van de arbeidstherapie en de laatste keer de inspekteur van de Geestelijke Volksgezondheid in Zuid-Holland, dr. Dorsman geweest. Die mensen vertellen dan iets over hun werk en hun verantwoordelijkheden. Iedereen kan dan vragen stellen.

\*Wat voor vragen worden dan meestal gesteld?

Ach, de één vraagt naar de balletjes in de soep en de ander zegt dat hij in de krant heeft gelezen dat je 8½% rente kunt krijgen op het geld dat je bij een bank onderbrengt. Die man vraagt dan hoe het mogelijk is dat de Bavo maar 4½% rente uitbetaald op het geld dat zij beheren voor de patiënten. Als je daar dan verder over gaat praten blijkt hoe de vork in de steel zit.

\*Hoe zit dat dan precies?

De Bavo kan alleen die spaarvorm kiezen, die het mogelijk maakt de ontslagen patiënt bij zijn vertrek zijn gehele vermogen uit te keren. Het geld moet dus direct opvorderbaar zijn en dat betekent een lagere rente. Bovendien houdt de Bavo wat geld in om het personeel te betalen dat voor de administratie zorgt. Toen wij dat hoorden, dachten wij dat daar misschien toch nog iets aan te doen viel. Je moet op zo'n moment als je met elkaar praat, de zaak niet op

de spits drijven natuurlijk en als het niet direkt blijkt te gaan moet je het probleem maar even laten liggen. Maar na die vergadering is de bewonersraad bij elkaar gekomen en heeft toen besloten het bestuur en de directie van de Bavo een brief te sturen, waarin stond dat we het verschil te groot vonden en meer rente op onze spaargelden wilden hebben. Twee of drie maanden later kregen we het bericht dat de directie het kon verhogen van 4 tot 5½%. We vinden dat alleen nog niet genoeg. Maar doordat de rente nu in het algemeen aan het dalen is kunnen we er op dit moment niet meer uithalen.



\* Is het andere klinieken nu ook zo geregeld met het beheer van de gelden van patiënten

Nee. Het blijkt dat in alle klinieken verschillende rentes worden gegeven.

\* Is het de bedoeling van de bewonersraad om een gemeenschappelijk doel na te streven in de toekomst?

De moeilijkheid is dat er 40 inrichtingen zijn en daarvan hebben er 14 een patiënten- of bewonersraad. Die 14 raden zijn niet allemaal met dezelfde problemen bezig. Het is heel opmerkelijk dat alle raden beginnen met de verbetering van de maaltijden.

\* Dat is de eerste stap?

Ja. Daarna begint men naar de arbeidstherapie te kijken. Een leukere arbeidstherapie, geen wasknijpers meer. Dan gaat men ook kijken naar de recreatie b.v., en zo kom je aan steeds moeilijker zaken toe. Het blijkt dan ook dat de financiële zaak al een vrij moeilijk probleem is. De directie heeft dat altijd bedisseld. Zoiets los je ook niet van vandaag op morgen op.

\* Zijn er nog inrichtingen waar de patiënten helemaal niet op de hoogte zijn van het bestaan van patienten- of bewonersraden?

Die zijn er. Ikzelf ken de Bavo redelijk en ik weet iets van Coudewater en nog enkele klinieken. Maar dan ben ik ook zo'n beetje uitgepraat.

\* Dat vindt U een groot nadeel?

Ja, er is een slechte samenhang. Het is niet alleen zo dat de patiënten niet van elkaar weten wat ze doen en wat ze in de ene inrichting wel en in de andere niet hebben. Maar ik krijg ook de indruk dat die 40 directeur-geneesheren nooit eens

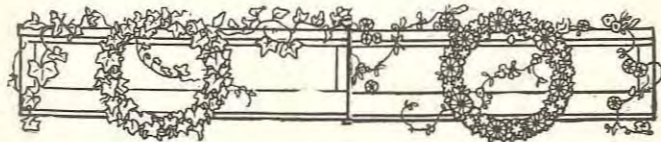
bij elkaar komen voor dit doel. Het is net of ieder een klein koninkrijk heeft.

\* Hoe ziet U de toekomst? Gaat U zich ook bezighouden met de behandeling?

Daar hebben we geen verstand van. Je weet alleen wat je als patiënt wel en niet prettig vindt. Vroeger werden er veel patiënten met shocks behandeld, dat vonden ze erg onaangenaam. Ze zegt dus, niet met shocks werken dokter. Je weet ook dat patiënten die in de isoleer verpleegd worden dat erg vervelend vinden. Ik heb zelf niet in de isoleer gezeten, maar ik heb vrienden die dat wel hebben meegemaakt. Dat vonden ze vernederend en onrechtvaardig. Dat isoleergebruik moet verminderen. Iemand voor straf in de isoleer stoppen omdat iemand eens een dag niet wil werken is ongepast. Isoleren mag alleen om of de patiënt zelf, of om de omgeving te beschermen. Niet iemand zomaar opsluiten omdat hij op iemand loopt te schelden. In zo'n geval draai je je om, en denkt voor mijn part: "die vent is gek". Wat we verder doen is het meewerken in commissies voor de arbeidstherapie, voor de rechten van patiënten op de Bavo. Ook helpen we meer om de huisregels vast te stellen. We werken niet alleen voor de hele Bavo-gemeenschap, maar ook voor een willekeurige patiënt met een specifieke moeilijkheid.

\* Belangrijke dingen toch?

Ja. We hebben gemerkt dat je beter in rustig overleg de moeilijkheden kunt bespreken, dan met je vuist op tafel slaan. Ik geloof dat je bij de dingen, waar je je zin niet in krijgt en toch eigenlijk moet hebben, je de hardere acties moet overlaten aan mensen buiten de inrichting. Ik denk aan release, het JAC, de Gekkenkrant, of de Cliëntenbond bijvoorbeeld. Die kunnen een hoop kabaal maken, zonder dat de arts of verpleger terug kan slaan. Bovendien verpest je de sfeer. En ten tweede, je vangt meer vliegen met honing dan met azijn.



Wilt U ook een patiëntenraad in Uw kliniek oprichten? De Bavo geeft U niet alleen raad, maar bovendien gratis een voorlichtingsmapje waar van alles in staat over hoe je dat moet doen en waar je aan moet denken. Bel dus even 02523-8141 en vraag toestel 2198. Of schrijf aan: Bewonersraad Bavo, Noordwijkerhout.

# INRICHTINGENRUBRIEK

Het weekeinde van 5 en 6 juli heeft de redactie van de Gekkenkrant een aantal inrichtingen in het Zuiden van Holland bezocht. Daar zijn allemaal kleine verslagjes van gemaakt. Sommige staan in dit nummer, de andere komen in het volgende nummer, ook in de inrichtingenrubriek. Ze zijn steeds ondertekend met "de redactie".



## HUIZE VOORBURG te VUGHT

Zondag 6 juli, was het een prachtige dag. Een ideale dag om in de maatschappij te zijn; en je moet wel goed gek zijn om dan vrijwillig naar een inrichting te gaan . . . . . Wij moesten in onszelf dan ook iets overwinnen voor we het statige hoofdgebouw van psychiatrische inrichting Voorburg te Vught konden betreden. Het was wel koel binnen in de eindeloos lange gangen van grijs marmer-graniet, gefiltreerd verlicht door matglazen ruiten. In de verte in de gang zag je schimmen lopen en hun voetstappen en stemgeluid galmde hol. Links en rechts in de gang deuren met matglazen ruitjes . . . . wat zou zich daarachter afspeelen . . . . ? Eindelijk hadden we de deur van de afdeling gevonden waar onze contactpersoon zich zou moeten bevinden, maar helaas voor ons en gelukkig voor hem was hij net een week met ontslag. Dus wij weer verder wandelen door de eindeloze gangen. Toen kwamen we op een afdeling, waar we door een broeder te woord werden gestaan, omdat de meeste patiënten op weekend waren. Hij vertelde dat de Gekkenkrant met belangstelling werd gelezen en dat de opname afdeling op korte termijn zou verhuizen naar nieuwbouw bungalow-paviljoens. Ook adviseerde hij ons kranten te sturen naar de Blokhut, een alleen voor patiënten en door patiënten gerunde ontspanningsruimte (geen toegang voor bezoekers of personeel) wij moesten er alleen niet zelf naartoe gaan, "want dan zouden we een schizofrene patiënt kunnen treffen die alle kranten zou verscheuren". Dat wilden wij wel eens zien, dus op naar de Blokhut. Daar werden we vriendelijk ontvangen door het hoofd van de ontspanning, die achter de bar stond en een oogje in het zeil hield. De patiënten die de zaak runden waren net een slaapje aan het doen. We dronken een glaasje prik en stapten weer in de auto, op weg naar het volgende instituut, de psychiatrische inrichting Coudewater bij Rosmalen.

## COUDEWATER te ROSMALEN

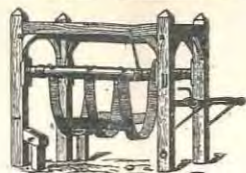
Daar verblijven een 700-tal dames die zich georganiseerd hebben in een patiëntenraad. Direkt na de begroeting vertelde een bestuurslid ons: "Ach, de Gekkenkrant wordt hier bijna niet meer gelezen, wij vinden hem te negatief. Wat jullie schrijven geeft een heel ander beeld dan het bij ons is". Wij natuurlijk uitleggen dat de inhoud van de krant wordt bepaald door de ingezonden brieven en dat wij graag positieve verhalen ontvangen en of Coudewater dan niet eens wil opschrijven hoe het bij hen toegaat. Dat werd afgesproken. In het volgende nummer hopen wij in een uitgebreid artikel terug te komen op het ontstaan en functioneren van patiëntenraad Coudewater. Onze indrukken van Coudewater: een (in verhouding tot andere inrichtingen) eerlijke en open mentaliteit, veel therapiemogelijkheden, zelfs de arbeidstherapie is niet verplicht. Het inrichtingsterrein maakt ook een vriendelijk, intieme indruk; niet zo'n autoritaire recht-toe-recht aan perkjes tuinaanleg als in zovele andere inrichtingen. Patiënten kunnen altijd op het patiëntenraadsprekeuur in beroep gaan over hun behandeling (ook als ze in de isoleer verblijven). Volgende keer meer hierover.

De redactie





## schakenbosch



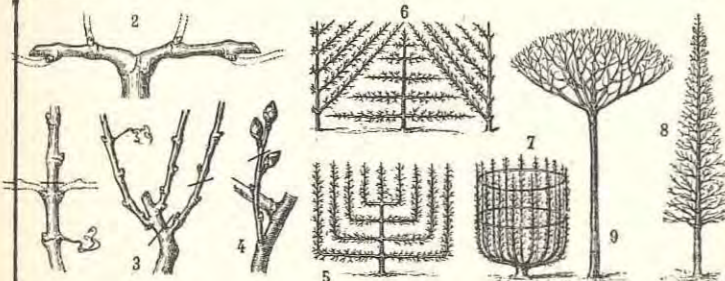
## w.a. huis utrecht

In Schakenbosch in Leidschendam hadden we geen afspraak, we gingen zo maar eens langs. Wel vergezeldte ons, R. Laurillard, zij is hier opgenomen geweest en weet dus de weg. Als eerste gingen we naar "t'Veurhuus", dit is een ontspanningscentrum waar de bewoners juist hun bezoek ontvingen. Ieder kreeg 'n krant. Ook hier waren veel mensen met weekend. In enkele paviljoens werden we vriendelijk, soms onverschillig ontvangen in de huiskamer. Waar altijd wel bewoners zaten te lezen, te handwerken of niets te doen. De heren keken naar de t.v. er was tennis. Hier en daar praatten we een tijdje. Het viel ons op, en dat geldt ook voor andere inrichtingen, dat sommige huiskamers er strak en ongezellig uitzagen. Dat de mensen dan in rechte rijen of in een kring zaten. Dan was de verpleging ook meestal streng en ordelijk. Maar elders zag het er rommelig uit en zat men in kleine groepjes. Dan was de verpleging ook dikwijls vriendelijk en soepeler met de regels.

We bezochten de paviljoens:

Vlietzicht, Olmhoeve, Wijde Zicht en Peppeloord was de laatste. Daar was het erg kaal en naar. Aan het einde van de gang liepen heren in gestreepte pyamaas. In kale ruimtes met deuren van veiligheidsglas. In de huiskamer werd naar de televisie gekeken. Net toen we iedereen een krant hadden gegeven kwam er een broeder uit een kamer en vroeg wat we wilden.

Toen hij hoorde dat we de gekkenkrant kwamen uitdelen werden we zonder pardon het gebouw uitgestuurd. Het hielp niet of we zeiden dat de bewoners geen bezwaar hadden tegen onze aanwezigheid. De broeder was echt niet "aanspreekbaar". We zijn rustig naar buiten gegaan.



Het terrein van Schakenbosch is erg statig en ieder struikje is ingeperkt. We hebben veel stickers van de gekkenkrant opgeplakt. Het kon er alleen maar mooier van worden. Mensen, die deze stickers ook overal op willen plakken kunnen ze bij ons bestellen. Ze zijn wel mooi.

Aan de glazen deur van het Willem Arntshuis zit geen deurknop. Hij wordt elektrisch bediend door een portier in een zwart uniform. Zoef dicht achter ons. Je kan niet doorlopen want daar is weer een glazen deur, die door de man geopend moet worden. "Mogen wij wat mensen bezoeken?"

Het uniform kijkt verbaasd.

Even geduld, er gaat een zoemer, in zijn hokje staan een paar t.v.-schermen, je ziet er deuren op. Iemand heeft gezoemd, het uniform bekijkt hem en drukt op een knop waardoor de deur open gaat. "Bij wie wilt U eigenlijk op bezoek?"

"Bij iemand van het patiëntenparlement, juffrouw Willems b.v.". Het uniform gaat bellen, weer zoemer, blik op scherm, knopje. Drie verschillende nummers opbellen: "ze is er niet". We zeggen dat we ons niet zomaar laten wegsturen. Dat helpt. Er wordt nog een nummer gedraaid. Daar is ze wel. Op de afgesproken tijd zijn we terug tussen de automatische glazen deuren. Juffrouw Willems gaat ons voor door eindeloze gangen. Ze is nu geen patiënt meer in het W.A., maar adviseur van de patiënten, ze zal hiervoor betaald worden door het W.S.W.. Op die manier is ze tenminste niet financieel afhankelijk van de W.A. Stichting. Ze weet nog niet wat het allemaal worden zal. Wij ook niet.

In de slurfachtige gangen komen heel wat stickers terecht. In de lege sociëteit vertelt ze nog wat over haar functie, maar... na twintig minuten moeten we weer terug anders komen we te laat in "ZON EN SCHILD". We zien verder geen patiënten, allemaal naar huis, zegt men.

Terug door de glazen sluis. We springen in de auto. Zullen we opgewassen zijn tegen de glatte praat van de directie van "ZON EN SCHILD"?

Hoe zal het morgen in "VREDERUST" gaan? Daarover in het volgende nummer van de Gekkenkrant.

De redactie



## verbetering in zicht



## wolfheze:

Als reactie op uw stuk over Wolfheze in Gekkenkrant no.9, willen wij, leerling-verpleegkundigen, onze mening hierover schrijven. We vinden het geheel nl. niet zo eerlijk belicht, maar vrij eenzijdig.

(...) De positieve veranderingen worden totaal niet beschreven:

-Op Zonnelust, damesopname, wordt tegenwoordig een zeer individuele behandeling toegepast. Iedere dame heeft een personeelslid die bij alle gesprekken met psychiater, psycholoog e.a. zit en tot wie de patiënt zich altijd wenden kan.

-Ook op Vrederust is heel wat veranderd, de dames worden zoveel mogelijk gemobiliseerd, en die opmerking van die ex-verpleegster over dat afleggen zou je nu niet meer hoeven te plaatsen, want dan zou je wel wat te horen krijgen van de rest.

Het S.T.C. en de groepsverpleging is ook zeker positief te noemen, maar dat wordt in Uw artikel alleen maar even aangetipt om zo snel mogelijk weer op negatieve punten over te gaan.

-Op de kliniek is de boel gereorganiseerd en gaat het de goede kant op, al is het wel allemaal een erg oud gebouw er is best wel sfeer en gezelligheid.

-Dennenoord en Lindenhof zijn zeker wel problematische paviljoens en de behandeling is daar zeker wel op sommige punten aanvechtbaar. Eigenlijk zouden enkele leden van de redactie eens een tijdje op deze paviljoens moeten werken en dan uit eigen ervaring suggesties doen voor een effectieve behandeling en het behouden van enige sfeer. In beginsel zijn we het wel eens met het doel van de Gekkenkrant, het is erg goed om verschillende zaken in de psychiatrie kritisch te bekijken en het belang van de patiënt goed te vertegenwoordigen. Maar dan wel door eerlijke en verantwoorde kritiek.

Wij hopen dat U Uw artikel wat opheldert, door desnoods nog een (wat meer objectief) bezoek.

## voor sint joris delft

Positieve berichten over Sint Joris dit keer. Reacties op de vorige artikelen nr. 7 & 9 bleven niet uit. De directie sputterde wat over een proces tegen de Gekkenkrant maar zag daar van af omdat wij "zo glad als een aal waren en toch niet te grijpen zouden zijn". Wij vonden het wel jammer dat het proces niet werd aangespannen, want dan zou voor meer mensen duidelijk zijn geworden hoe het er op Sint Joris toe gaat. In ieder geval zijn de twee artikelen niet in een doofpot of burolade blijven zitten.

1. Het oude vervulde naargeestige Koningspleinkomplex wordt afgebroken, daarvoor in de plaats komen 60 woningen voor patiënten en niet-patiënten.
2. Een onderzoek van de geneeskundig hoofdinspekteur is nog niet afgesloten, wel heeft de staatssecretaris het bestuur geadviseerd een organisatiebureau in te schakelen om Sint Joris door te lichten en wegen ter verbetering aan te geven.
3. Geneesheer-directeur Piet van Wirdum is reeds langdurig met ziekteverlof en de geruchten dat hij niet terug zal komen bereiken ons van verschillende kanten. Dan is de kurk van de fles en zullen verbeteringen doorgevoerd kunnen worden.
4. Release Delft deelde kranten uit aan de poorten en veel patiënten hebben hem gelezen of in hun kastje liggen. Reacties van de patiënten: degenen die ook van andere inrichtingen ervaringen hebben juichen de akties en publikaties toe, patiënten die nooit ergens anders dan in Sint Joris zijn geweest vinden het allemaal maar onzin of vinden helemaal niks.
5. Een aantal (ex-)patiënten is opgelucht en blij met de publikaties omdat ze het gevoel hebben dat hun klachten nu "erkend" zijn. Zij staan niet langer alleen en voor hun twijfelende of afwijzende omgeving kunnen ze het bewijs aanvoeren dat er van aanstellerij of overdrijven geen sprake was.

6. Reacties van enkele autoriteiten: "Jullie hebben Sint Joris willens en wetens in de afgrond gegooid en nu wil er helemaal niemand meer werken of zich daar laten opnemen". Dat vinden wij prima, want zoals de toestand op Sint Joris was (en nu nog is) kan niemand die wat in de war is er beter van worden en oude artsen of psychiaters die "het wat rustiger aan willen gaan doen" en daarom maar gaan solliciteren op Sint Joris, daar schiet niemand wat mee op. Tegen de tijd dat Sint Joris duidelijk een nieuw beleid gaat voeren met een frisse vooruitstrevende directie zullen personeel en patiënten weer toestromen.

7. Het deed ons goed te signaleren dat aanvaardbaar veel mensen reageerden dat de aantijgingen

overdreven of uit de lucht waren gegrepen, maar dat nu een maand of zes na het begin van de actie iedereen ervan overtuigd is dat er veel mis is op Sint Joris en dat er hard aangepakt moet worden om hier verbetering in te krijgen brengen.

8. Het wekte bij ons grote verbazing dat in een Delftse krant te lezen stond dat St. Joris door de specialisten registratiekommissie van de Konink. Maatsch. ter Bevordering der Geneeskunde was uitverkoren psychiaters op te leiden. Wat voor selectiekriteria gebruikt deze commissie? Ons inziens wordt er op Sint Joris geen psychiatrie bedreven, er zijn immers geen echte psychiaters die zich met patiënten bezig houden.



## Op bezoek bij het CHRISTELIJK SANATORIUM ZEIST

Zaterdag 5 juli, rijden wij, helmi, herman en flip het terrein op van het Christelijk Sanatorium in Zeist.

Het is warm en doodstil, niemand te zien. We weten nog niet hoe we hier te werk zullen gaan, we willen mensen spreken, die hier zijn opgenomen, wat zij van de Gekkenkrant vinden, of ze hem lezen. Is er kritiek? Als je mensen opzoekt hoor je pas: "De letters zijn te klein, de plaatjes te eng, er moet meer in over muziek" enz. Daarom zijn we op reis gegaan, om te horen of de mensen iets met de krant kunnen beginnen.

We zijn ook op stap om in de inrichtingen rond te kijken en de mensen te vragen hoe ze het er vinden.

We bekijken de plattegrond van het terrein. Iemand had ons al aangeraden om eerst naar afdeling I en II te gaan, daar zou men ons wel te woord willen staan. We zijn benieuwd. Nog niemand gezien, wel wat stickers geplakt. Op afdeling II zijn mensen die binnenkort wel ontslagen zullen worden: een villa, waar ongeveer 15 mensen wonen, niets is op slot en iedereen mag vrij in en uit lopen, logisch als je al met één been in de maatschappij staat. We bellen toch maar aan, zeggen wie we zijn en dat we graag met wat mensen zouden praten. Dat kan niet zomaar, "hebben wij toestemming?" nee, die hebben wij niet, maar dat kunnen de bewoners zelf toch wel bepalen. We worden doorgestuurd naar een andere villa, naar broeder Kot.

Van hem mogen we best kijken of we iemand op het terrein kunnen vinden, die met ons wil praten. Terug naar paviljoen II. Het interieur is erg gezellig, we zien 6 mensen, van wie 2 verpleegkundigen, ze hangen

een beetje rond, één speelt biljart.

We praten met de 3 mensen, die niet meteen wegwandelen. Eentje heeft de krant weleens bekeken, één van de verpleegkundigen ook, we praten dan maar wat en leggen de kranten op tafel. Dan staat broeder Kot plotseling weer voor ons, door de achterdeur binnen gekomen, hij heeft toch wel bezwaar, een beetje, voelt zich een beetje overdonderd. De verpleegster, die al zuinig naar ons keek zegt ook: "dat jullie alles afgaan is natuurlijk niet de bedoeling". "Kijk" zegt de broeder, "het is zaterdag en achteraf moet alles doorgesproken worden." We zeggen dat we uitgaan van het idee, dat mensen zelf wel kunnen zeggen of ze met ons willen praten of niet, dat daarvoor geen toestemming van hogere hand nodig is. We gaan verder wandelen over het terrein, zoals de broeder ons aanraadt: "Ik geef er een eigen goedkeuring over, maar ik ben geen geneesheer-directeur, dus ik kan er verder geen toestemming over geven natuurlijk". Een eindje verder zitten drie mensen voor een groot gebouw in de zon. Een mevrouw: "nee hoor, ik heb geen bril en ik lees ook niet". Een meneer: "ja, ik heb hem weleens gelezen", "wat vindt U ervan?" "nou gek, maar met een kern van waarheid erin". Een meisje in blauw uniform: "ik heb hem weleens gelezen, maar wil er verder even niets over zeggen".

We komen verder niemand meer tegen. Geen geluid komt uit de gebouwen, geen stemmen, geen muziek. Stickers plakkend wandelen we naar de uitgang. Het Christelijk Sanatorium ligt daar prachtig, dat is het enige dat we nu zeker weten.



## ENDEGEEST te OEGSTGEEST

Op zaterdag ongeveer twaalf uur kwamen we in Endegeest in Oegstgeest. De adjunctdirectrice had ons, n.a.v. onze brief, telefonisch laten weten dat we welkom waren. De portier, meneer Driesen heeft echter nog een uur moeten telefoneren voor we naar de paviljoens konden gaan. Geen van de paviljoenshoofden was op de hoogte van onze komst. Een misverstand zeker. We bezochten de paviljoens dames E en F, Heren F en ook nog het terras van Heren C. Het was prachtig weer. Overal werden we vriendelijk binnen gelaten. Het terrein van Endegeest en de gebouwen, waaronder een kasteel zien er trouwens "ouderwets-vriendelijk" uit. Van binnen zijn de afdelingen over het algemeen erg kaal en saai en verschillen daardoor niet veel met anderen inrichtingen. Evenals de verbouwingen hier en daar. Op paviljoen E zaten de bewoonsters in een grote kring in de huiskamer, ze hadden niet veel belangstelling voor de krant. Wel een mevrouw, die jui st in de isoleercel zat, was blij dat ze iets te lezen had. In paviljoen F had men al van de krant gehoord en wilde hem graag lezen. Jammer dat er daar zoveel mensen met weekend waren. (Jammer voor ons).

De heren van paviljoen F waren juist aan het rusten op de slaapzaal. Dat vonden we wel raar op zo'n prachtige dag. Ook hier belangstelling genoeg. We werden wel een beetje benauwd van de verpleging een broeder en een zuster die, als we met iemand spraken er bij kwamen staan en dingen zeiden als: "Als Karel weer beter is gaat hij de krant weer lezen." En ook vonden ze na een tijdje, dat we maar weer eens op moesten stappen omdat anders Kees wel eens agressief kon worden en dan moesten ze hem opsluiten en dat was ook niet zo leuk. Nee gezellig was het er niet! Op paviljoen E en F hebben we afgesproken van iedere nieuwe krant tien exemplaren op te sturen. Zijn er nog meer afdelingen in Endegeest die graag de krant opgestuurd willen hebben? Schrijf ons, of vul de bon in op pagina 23.

De redactie



### INGEZONDEN BRIEF VAN DAMES F ENDEGEEST

'Nadat wij zaterdag jongstleden de 'Gekkenkrant' kregen aangeboden zijn we er bijna allemaal van overtuigd, dat in uw blad, de meest negatieve belevenissen in de psychiatrische inrichting naar voren komen! Er wordt bijna nergens in geschreven over de positieve kanten die er net zo goed zijn. Je kunt enorme goede gesprekken hebben met je psychiater, maar wel zelf meewerken als je kunt! Om maar niet te praten van de toch wel vele offers die de verpleging zich onttelt. O.a. diensten aanvragen met kerstmis, pasen en diverse feestdagen. Ook proberen zij er in het weekend iets van te maken voor de mensen die in het weekend binnen moeten blijven. Natuurlijk zijn er wel spanningen en remmingen en komen er situaties voor, die een of meer patiënten veroorzaken, maar er wordt toch getracht die zo spoedig mogelijk op te heffen. Isoleers worden bij ons alleen gebruikt in noodgevallen, als het voor de toch wel erg zieke mens erg nodig is omdat ze zichzelf niet meer in de hand hebben, en dan zichzelf niet meer zijn en door hun gedrag de andere overstuur maken! De opzet van uw krant snap ik echt niet. Als jullie door al die eenzijdig negatieve stukken proberen ons te helpen, hebben jullie het toch echt mis. Jullie helpen ons hiermee nog dieper in de toch wel spreekwoordelijke put!



## DIJKZICHT



## ROTTERDAM

Een tijdje geleden werd de krant ook op de vijfde verdieping van het Dijkzichtziekenhuis verspreid en gelezen. Helaas echter, op een kwade dag besloot dokter Ladee dat de Gekkenkrant niet meer op zijn afdeling mocht komen. We gingen dus eens langs om te kijken hoe dat zat. Afdeling Zuid had geen bezwaar tegen onze komst. Jammer genoeg waren er geen patiënten. Afdeling Midden liet ons niet binnen en daardoor konden we ook niet doorlopen naar Noord. We vonden het erg naar om daar een beetje voor niks te staan. De maandag daarop heeft de staf, bij monde van broeder Weber ons laten weten dat de krant naar de open afdeling gestuurd mag worden (Zuid). De afdelingen Noord en Midden zijn gesloten, daar mag de krant dus niet vrij verspreid worden.

We vragen ons nu af of er op die afdelingen ook mensen zijn die géén machtiging hebben en dus eigenlijk ten onrechte op de gesloten afdeling zitten. En dientengevolge de krant niet kunnen krijgen. Weet u zo iemand? Of bent u zelf zo iemand? Schrijf ons, dan zullen we alsnog proberen de krant naar u toe te sturen. Desnoods komen we hem brengen.

Uit gesprekken met mensen, die opgenomen zijn blijkt dikwijls dat de aanleiding tot een opname soms al tien jaar het in de war raken was na het verlies van een goede vriend, vriendin, man of vrouw. Iemand gaat dood, iemand gaat het huis uit, in een ander land wonen, dat zijn dingen die moeilijk te verwerken zijn. Daar heb je steun bij nodig. Voor sommige mensen was die steun er niet of niet voldoende en zij belandden in een inrichting, waar wel steun is. Op zich wel goed. Het rare is alleen dat veel mensen dan in zo'n inrichting blijven, ook als de periode van rouw om het verlies voorbij is. Helaas wordt er veelal niet eens de ruimte gegeven om echt te rouwen en moet je verdriet en boosheid maar over zijn, vóór het echt over is, mag je het niet meer laten zien. Moet je dus weer "de oude" zijn terwijl je dat nog lang niet bent. In een van de volgende nummers van de krant gaan we wat dieper op deze moeilijkheden rondom gevoelens van verlies in. Als er mensen zijn die uit eigen ervaring hier iets over willen schrijven, dan heel graag. Want iedereen maakt in zijn leven zoiets mee.

De redactie



## professor schrijft:

Van professor Ladee kregen we een brief met daarbij gevoegd een afgeweekte sticker: ". . . wil ik wijzen op een recent voorgevallen feit dat lijnrecht lijkt in te gaan tegen de bedoeling van de leiding van de "Gekkenkrant" en eventueel andere actiegroepen. Dit betreft nl. het opplakken van stickers op deuren en ruiten op onze afdeling, maar ook elders in het ziekenhuis, onder andere in de liften. Een exemplaar daarvan sluit ik hierbij in. Hiermede wordt de stigmatisatie van patiënten op een psychiatrische afdeling in een algemeen ziekenhuis bevorderd, iets wat we nu juist zo graag willen tegengaan om redenen die door U en de Uwen toch ook nagestreefd worden. Gaarne verzoek ik U te willen bewerken dat dat niet meer zal plaats vinden. Wij en onze patiënten stoten zich daaraan, afgezien van het ongeoorloofde van het zonder toestemming openbare reclame maken voor welk doel dan ook".

## St. Bavo Noordwijkerhout



"Het verslag over 1973 eindigde met het memoreren van de totstandkoming van de Bewonersraad, een duidelijke mijlpaal in de ontwikkeling van patiënt naar mondige bewoner. Steunend op een 30-tal afdelingsvertegenwoordigers was het de Raad mogelijk zijn activiteiten voort te zetten rond een stuk belangenbehartiging van de bewoners. Soms hadden deze activiteiten een individueel karakter in de zin, dat ten behoeve van één bewoner bemiddeld werd, soms ook hadden zij een meer algemeen karakter, zoals het bewerkstelligen van een vakantieregeling voor alle langer opgenomen bewoners. Verder werd het mogelijk om in het kader van de beleidsontwikkeling op St. Bavo, op een aantal punten advies te vragen aan de Bewonersraad, resp. deze Raad mede te laten participeren in bepaalde werkgroepen, zoals die m.b.t. de rechtspositie van patiënten/bewoners."

(Uit "Kort jaarverslag 1974 van de psych. kliniek St. Bavo")

De waarderende woorden die de Directie van St. Bavo hier spreekt voor de patiëntenraad in haar kliniek moge wellicht voor U, lezers in andere klinieken, een aansporing zijn eveneens een patiëntenraad op te richten.

## "beter" door St. Joseph

Na alle negatieve reacties uit verschillende inrichtingen, willen wij graag gunstige reacties in de Gekkenkrant plaatsen. Wij (Marian en Ria) hebben waarschijnlijk dezelfde procedure als jullie gevolgd n.l. : behandeling bij psychiater, opname ziekenhuis. In het A-ziekenhuis is de behandeling als volgt: geef de patiënt veel rust en tabletten. Controle dag en nacht. Doet de patiënt verder niets dat buiten het "normale" valt, ga je terug naar huis en ben ze zogenaamd "beter". Het grappige is dat je na maanden elkaar weer terug ziet in het psychiatrisch ziekenhuis St. Joseph. Zouden we toch niet opgeknapt zijn in het A-ziekenhuis? Dit ter inleiding van ons verblijf op de St. Joseph, waar we ook niet veel van verwachtten. Maar nu na 1½ jaar kunnen we zeggen, wat fijn dat we hier onze behandeling mochten krijgen.

We spreken nu wel steeds van verpleging, maar iedereen patiënten, therapeuten, verpleging en psychologe werden over en weer bij de voornaam genoemd, zodat "vreemden" vaak niet wisten wie wel of niet bij de verpleging hoorden. Door het groepsgebeuren werd het een zelfstandig geheel waar onze ouders het wel eens moeilijk mee hadden. Daarom was er 1x in de maand een ouderavond ook voor familie, vrienden en kennissen.

Doorlopend kon er bezoek ontvangen worden. Er waren geen vaste tijden voor het slapen gaan en opstaan. 's Avonds werd er altijd gezellig uitgegaan. Ondanks alle narigheid die er ook was, hebben we met z'n allen (dus iedereen die met onze groep te maken had), veel plezier gehad.

We werken nu beiden voor hele dagen en Ria zit op kamers en Marion woont bij haar ouders thuis. We gaan voor de gezelligheid nog vaak een kop koffie drinken op de afdeling. Na een plezierige tijd maar ook alle porties ellende, zijn we nu beter zoals de buitenwereld zegt. Een hoeraatje voor de St. Joseph.

De opname verloopt als volgt: we werden opgenomen op Lambertus 3 (gesloten afdeling). We werden ontvangen door het verplegend personeel die niet eens in witte jassen liepen. Tijdens een kop koffie werd ons uitvoerige informatie over het wel en wee van de afdeling gegeven. De 3-persoons kamer werd ons aangewezen en onze kisten met sleutels, waarna we alles konden uitpakken zonder toezicht. Op de afdeling waren + 15 mensen. Dit wisselt nog wel eens omdat dit de observatie-afdeling was.

Ondanks de observatie-afdeling heerste er een prettige sfeer en iedereen deed waar die zin in had. De 6 weken die we hadden doorgebracht waren zo positief, dat we niet weg wilden. Er werd een nieuwe groep opgezet van jongere mensen, gevarieerd in de leeftijd van 16 tot 35 jaar. Omdat we elkaar niet zo goed kenden, was het in het begin een rommelig zootje. Iedereen was te beroerd om een hand uit te steken. Het was de bedoeling dat we zelf de huishouding draaiende moesten houden met tweemaal in de week een schoonmaakdienst van buiten af. In overleg met de groep therapeuten, verpleging en psychologe werd er een therapie-rooster opgesteld. Aan de volgende therapieën kon je vrijwillig deelnemen:

- o arbeidstherapie: iets maken wat je zelf leuk vindt. Zo ook gericht naar de maatschappij o.a. tentoonstellingen bezichtigen, bedrijven bezoeken enz.
- o acto-centrische therapie: activiteiten met de gehele groep bijv. gezamenlijk één werkstuk maken, o.a. voor de afdeling, instellingen van buiten.
- o creatieve therapie: d.m.v. handenarbeid waarin je je persoonlijkheid hebt gelegd, kun je dit bespreekbaar maken met de groep of therapeut over je moeilijkheden.
- o muziektherapie: totaal geen muziekonderricht. Samen muziek maken op zelf gekozen instrumenten en het mag gerust a-muzikaal klinken. Platen beluisteren, hoorspelen maken en dit op band zetten, zelfgemaakte melodie en tekst.
- o beweging-zwem-therapie: geen gymnastiekles, maar je vrij kunnen bewegen met andere mensen om je heen. Of je eens lekker afreageren.
- o psycho-drama: 2 uur in de week over problemen e.d. praten. Dit kan gebeuren in een soort rollenspel waarin je bijv. een bepaalde situatie die je hebt meegemaakt kunt uitbeelden, nabootsen, zodat je het weer helemaal opnieuw beleeft.

Om in het kort te zeggen: We werden een groep die samen problemen probeerden op te lossen d.m.v. 3x in de week groepsbesprekingen te houden waar we elkaar verbloemd de waarheid vertelden. Hierdoor kreeg je in de groep een hechtere band en persoonlijke gesprekken met een groeps-partner, waardoor we van de verpleging minder afhankelijk werden.

## UITKNIPBON

NOU REKEN MAAR !,  
Ik geef mij onverwijld op als abonnee van deze eigenaardige krant,  
Naam: .....  
Adres: .....  
Plaats: ..... postcode: .....  
Omdat ik weinig geld heb betaal ik f10,-.  
Eigenlijk kan ik best f 25,- betalen  
Nou vooruit, ik zit er goed bij en ben heel enthousiast over die krant, ik betaal nog wat meer, f ....

Ik krijg binnenkort een acceptgiro.  
Vanaf het volgende nummer krijg ik een jaar lang de Gekkenkrant.

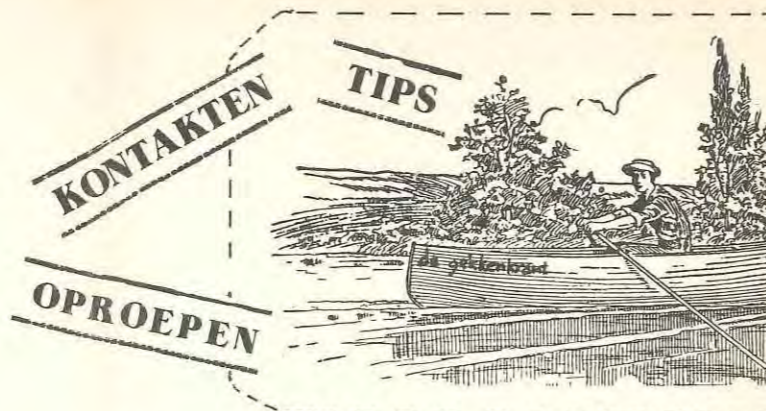


### KONTAKT

Ik ben een meisje van 25 jaar en verblijf momenteel in 'Welterhof'. Ik zou graag in contact komen met een jongen van mijn leeftijd. Wie schrijft mij eens?  
Adres: Gertie Allertz (?), J. F. Kennedylaan 301, 'Welterhof', Heerlen.

### EEN ADRES VOOR EEN PRAATJE IN HAARLEM

Corky Raymakers, Kleine Houtstraat 66 (rood), Haarlem, tel. 023-32 72 14 (door de week liefst na zes uur bellen). Als je zin hebt in zo maar een praatje, of om je hart eens uit te storten, of te schrijven, of zomaar eens langs te komen als je in de buurt bent.  
Ik ben zelf ex-patient van St. Bavo.




### Informatie voor patiëntenraden.

De Bewonersraad van St. Bavo heeft een informatieblad voor patiëntenraden gemaakt, waarin allerlei tips en suggesties

staan over wat je met een patiëntenraad kunt doen en hoe je hem opricht. Dat informatieblad is te krijgen bij:  
Bewonersraad St. Bavo  
Noordwijkerhout.  
02523-8141, tst. 2198.

### VERSPREIDING

Vanaf nummer tien is degene die de Gekkenkrant hielp verspreiden in het Academisch Ziekenhuis te Utrecht, uitgevallen. Wie wil de verspreiding daar overnemen? Ken je iemand die dat zou kunnen, vraag het dan.

Aan Dr. 

Ik stond bij zijn buro vol statussen, te sterven bijna van verdriet.  
Zijn pen schreef automatisch:  
'Valium 3 x per dag.'  
..... meer niet.



Dit gedicht schreef Ida Vos over een bezoek dat zij in 1959 bracht aan een psychiater in Den Haag. Zij had last van de oorlog, nog steeds, maar hij wist er geen raad mee. Veel later werd Ida Vos opgevangen in Centrum '45 in Oegstgeest. Daar had zij zoveel aan dat ze na 2½ maand alweer naar huis kon. Ze komt er nu nog eens in de week. Ze schrijft ons over dit centrum 'complimenten aan iedereen die zich daar met mij bezighield op de meest liefdevolle wijze, die daar mogelijk is...'

Terwijl zij in Centrum '45 verbleef schreef Ida Vos een gedichtbundeltje. Met die gedichten heeft zij geprobeerd wat van haar oorlogservaringen van zich af te schrijven. Het bundeltje heet 'Vijfendertig tranen'. Het is te bestellen door f 5,20 over te maken op gironummer 3301163 t.n.v. Ida Vos, Rijswijk.

## 2<sup>e</sup> UITKNIPBON

PRIMA,  
Ik wil graag ..... kranten verspreiden in de inrichting, op de afdeling of in de vriendenkring. Dekranten s.v.p. opsturen naar:  
Naam: .....  
Adres: ..... Plaats: .....  
Telefoon: ..... Postcode: .....

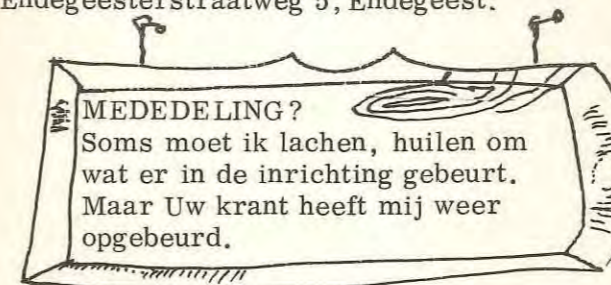


## manifestatie

Op zaterdag 18 oktober 1975 organiseert de Gekkenkrant een dag voor iedereen die zich bij de Gekkenkrant en haar doelstellingen betrokken voelt. Iedereen is dan ook welkom: bewoners van psychiatrische inrichtingen, verspreiders, abonnee's, donateurs, losse nummer kopers, leners en alle andere geïnteresseerden. We willen daar de koers van de Gekkenkrant bespreken en ook praktische problemen, bijvoorbeeld met het verspreiden van de Gekkenkrant in verschillende instellingen. Vooral de laatste tijd komt er nogal wat kritiek los op de krant. De redactie wil daarom met meer mensen - natuurlijk ook met de critici van gedachten wisselen. Misschien wordt het tijd voor een nieuwe koers. Als dat zo is, zullen we die gezamenlijk moeten uit zetten. Komt allen!  
Uw aanwezigheid kan net de doorslag geven. De manifestatie zal beginnen om 11-uur en eindigen om 16-uur. Tijd en plaats zullen nader worden bekend gemaakt in het oktobernummer. Schrijf het alvast in je agenda, want het kan leuk worden. Let op nummer twaalf.

## Korrespondentie

Juffrouw B. Willemse zou graag met iemand willen korresponderen die - net als zij - minstens 5 jaar in een psychiatrische inrichting heeft gezeten. Zij is 27-jaar oud. Ze leest graag boeken waar je iets van op steekt, ze houdt van puzzelen, handwerken en van tekenen. Bovendien maakt ze ook graag muziek (blokfluit). Wie zin heeft om haar eens te schrijven, haar adres is:  
Endegeesterstraatweg 5, Endegeest.



OPROEP ONDERZOEK GG EN GD  
Wij zoeken personen die op een of andere wijze hulp hebben gevraagd aan de afdeling Geestelijke Hygiëne van de G.G. en G.D. te Amsterdam. Zijn deze personen bereid om een vragenlijstje in te vullen? Dan graag contact met ons. Schrijf naar de werkgroep 'Psychiatrie' van de PPR-Amsterdam p/a Marianne Kessels, Planciusstraat 23, Amsterdam.

## LEZINGEN

In de vorige krant hebben wij aleens mensen opgeroepen die lezingen willen geven, over psychiatrische onderwerpen. Omdat ze er zelf ervaring mee hebben.  
De redactie wordt nogal eens gevraagd om ergens over te komen vertellen. Wij komen altijd wanneer we door (ex-) patiënten worden uitgenodigd. Voor andere belangstellenden hebben we te weinig tijd, helaas.  
Nu denken wij dat er genoeg lezers van de Gekkenkrant zijn die heel wat te vertellen hebben en die dat best kunnen overnemen. Hier volgt nogmaals de bon. Het centrale adres voor lezingen, zowel aanvragen om te luisteren als om te spreken: postbus 7071 Panningen. Daar moet dus deze bon naartoe.

## 3<sup>e</sup> UITKNIPBON

opsturen naar: Joop de Bie  
Postbus 7071, Panningen.

WELJA, KOM MAAR OP.  
Ik heb best zin om eens een lezing te houden over .....

naam: .....  
adres: ..... plaats: .....  
tel. ....