

# Wat betekent corona voor u?

## IV

Peilingen van de invloed van corona op het leven van psychisch kwetsbare mensen en hun naasten.

Vierde peiling 6 tot 22 juni 2020

Juli 2020



Uitgave:

MIND Landelijk Platform Psychische Gezondheid  
Stationsplein 125, 3818 LE Amersfoort  
info@wijzijnmind.nl | [www.mindplatform.nl](http://www.mindplatform.nl)

## Inhoudsopgave

<b>1. Samenvatting</b> .....	4
1.1. Welke vragen willen we met deze inventarisaties beantwoorden? .....	4
1.2. Opzet van de inventarisatie .....	4
1.3. Belangrijkste uitkomsten en aanbevelingen .....	4
<b>2. Deelnemers in de vierde peiling</b> .....	6
2.1. Wie vullen de vragenlijsten in? .....	6
<b>3. De uitkomsten voor cliënten in de vierde peiling</b> .....	8
3.1. Versoepeling positief voor sociale contacten en dagelijkse activiteiten .....	8
3.2. Na 3 maanden zijn de gevolgen voor werk en inkomen beter zichtbaar .....	10
3.3. De versoepeling is nog niet goed merkbaar in de ggz-zorg .....	12
3.4. Cliënten zijn deze crisis nog niet te boven, maar het bracht ook iets nieuws .....	14
3.5. Wel zijn er twijfels over passende ggz-zorg in de toekomst .....	14
<b>4. Uitkomsten voor familieleden en naasten</b> .....	16
4.1. Familieleden en naasten zijn niet unaniem positief over versoepeling .....	16
4.2. Familieleden en naasten zien hun eigen toekomst niet altijd rooskleurig .....	18
<b>5. Wat helpt om deze periode door te komen?</b> .....	22
Bijlage 1. Aantal deelnemers per provincie in de peilingen .....	23
Bijlage 2. Afkortingen .....	26
Bijlage 3. Vierde vragenlijst 'Wat betekent corona voor u?' Versoepeling van de coronamaatregelen .....	27

# 1. Samenvatting

**Na de komst van de corona in Nederland voert MIND een vijftal peilingen uit onder mensen met psychische kwetsbaarheid en naasten om na te gaan welke invloed corona en de coronamaatregelen hebben op hun dagelijks leven, op hun psychische klachten en op de zorg, ondersteuning en hulp die zij krijgen.**

**De verkregen input is gebruikt om in te brengen in de diverse ggz-werkgroepen die het ministerie van VWS voor de coronacrisis heeft ingesteld. Dit rapport bevat de uitkomsten van de vierde peiling en een vergelijking met de eerdere peilingen waar dat mogelijk is.**

## 1.1. Welke vragen willen we met deze inventarisaties beantwoorden?

In februari 2020 werd officieel het coronavirus (Covid-19) vastgesteld bij een eerste Nederlander. Sindsdien heeft de regering op advies van het RIVM een fors aantal adviezen gegeven voor het gedrag en ingrijpende maatregelen afgekondigd met de bedoeling om de verspreiding van dit virus zoveel als mogelijk te beperken. De komst van het virus en de maatregelen hebben gevolgen voor de leef-, woon- en werksituatie van iedereen. Om inzicht te krijgen in de gevolgen die deze gebeurtenissen hebben voor psychisch kwetsbare mensen en hun naasten is door MIND een inventarisatie gedaan.

De belangrijkste onderzoeksvragen zijn:

- Wat zijn de gevolgen voor het dagelijks leven van mensen?
- Wat zijn de gevolgen voor hun psychische klachten?
- Wat zijn de gevolgen voor de zorg die ze krijgen?

## 1.2. Opzet van de inventarisatie

Er worden vijf digitale enquêtes uitgezet onder mensen met psychische kwetsbaarheid en naasten in de periode maart tot en met juni 2020. Drie onder het panel van MIND (ca. 4.000 leden) en twee onder de bij MIND aangesloten organisaties en hun leden. De vragenlijst die voor de eerste maal gebruikt is, is voor de daaropvolgende uitvragen aangepast met verdiepende vragen. Bij de eerste vragenlijsten gaat het vooral om de gevolgen van de corona-uitbraak in Nederland en de maatregelen, bij de laatste twee vragenlijsten ligt de focus op de versoepeling van de maatregelen en wat mensen daarvan merken.

Een overzicht van de peilingen:

- De eerste peiling onder het panel van MIND werd gehouden van 23 maart tot 7 april. Daarop reageerden 1.046 respondenten.
- De tweede peiling onder het panel van MIND werd gehouden van 21 april tot 7 mei. Er reageerden 1.162 respondenten.
- De derde peiling werd gehouden van 24 april tot en met 20 mei. Ditmaal onder de bij MIND aangesloten organisaties en hun leden. Er deden 357 respondenten mee.
- De vierde peiling werd gehouden van 6 tot 22 juni, wederom onder het panel van MIND. De focus van deze peiling ligt op de versoepeling van de coronamaatregelen. Daarop reageerden 932 respondenten.

## 1.3. Belangrijkste uitkomsten en aanbevelingen

### ➤ De deelnemers in de vierde peiling

Voor de vierde keer sinds de coronacrisis heeft MIND mensen ondervraagd naar de gevolgen van corona en de effecten op hun leven en de zorg voor hun psychische problemen. Evenals bij de vorige peilingen zijn de meeste deelnemers cliënten (88%) en ruim een op de tien vragenlijsten wordt ingevuld door een familielid of een naaste. Er zijn weinig deelnemers (2,3%) jonger dan 21 jaar.

### ➤ Face-to-face behandeling in de ggz nog niet op orde

Hoewel de coronamaatregelen versoepeld zijn, keert het face-to-face contact in de ggz nog onvoldoende terug. Slechts bij iets meer dan de helft van de cliënten is de behandeling weer zoals voor de corona-uitbraak. Ook de communicatie over hervatting van de behandeling is nog vaak onvoldoende: ruim een op de drie cliënten geeft

aan dat de zorgverlener/instelling nog niets heeft laten horen over eventuele hervatting van face-to-face zorg of groepsbijeenkomsten. Bij wie de zorg wel werd hervat, kreeg ruim een kwart geen inspraak. Uit deze vierde uitvraag blijkt dat de zorg van huisarts, POH GGZ en ggz-behandelaar nog steeds voor een groot deel digitaal plaats vindt; respectievelijk 45%, 45% en 42%. Een op de drie geeft zelfs aan dat de bijeenkomsten van hun dagactiviteitencentrum en inloop-, herstel of zelfregiecentrum helemaal gestopt zijn.

➤ **Gevolgen corona nog steeds groot**

De versoepeling laat verder een wisselend effect zien op psychische klachten: één op de drie personen heeft last van toegenomen klachten door extra prikkels, de toegenomen druk, angst voor besmetting en ervaart stress over mensen die zich niet aan de regels houden. Een even grote groep merkt door de versoepeling positieve gevolgen op hun psychisch welbevinden; met name door het terugkerende contact met familie en/of vrienden. Ook op andere levensgebieden heeft de coronacrisis gevolgen: de helft van het vrijwilligerswerk is weggevallen en 9% van de betaalde banen werd beëindigd. Daarnaast doet 18% minder uren betaald werk. Daartegenover staat dat een derde van de cliënten nieuwe manieren heeft gevonden om met lastige situaties om te gaan. De afgelopen periode heeft hen ook iets nieuws gebracht.

➤ **Zorgen over de toekomst**

Aan de deelnemers is gevraagd hoe zij terugkijken op de afgelopen periode en wat ze verwachten van de toekomst wat betreft zorg, dag-invulling, werk en inkomen. Van de cliënten die zorg nodig hebben, verwacht bijna een op de vijf geen passende zorg te zullen ontvangen, vaak ingegeven door de wachtlijst waar ze voor de corona-uitbraak al op stonden. Een kwart van de respondenten geeft aan dat de behandeling voorlopig digitaal wordt voortgezet en dat zij daar ontevreden over zijn.

De meerderheid van de respondenten (60%) geeft aan het vooral belangrijk te vinden dat een-op-een-contact met de hulpverlener of de groepsbehandeling weer terug keert. Een de op zes verwacht hun inkomen te verliezen en financieel in de problemen te raken. Evenals in de eerdere peilingen geeft één op de drie respondenten geeft de verwachting aan dat ze het de komende tijd psychisch niet kunnen redden.

➤ **Familieleden en naasten op de bres voor hun verwanten**

De coronamaatregelen hebben veel gevraagd van familieleden en naasten: 42% heeft de afgelopen maanden meer hulp geboden dan voor de coronacrisis door het wegvallen van zorg en toegenomen spanningen bij hun verwanten. Velen bieden nog dagelijks hulp en hebben contact met de hulpverleners van hun verwanten. Ruim de helft van de familieleden en naasten (54%) geeft aan zelf behoefte te hebben aan ondersteuning of hulp variërend van een luisterend oor in hun sociale netwerk, steun van de behandelaar van hun verwanten tot professionele hulpverlening voor henzelf door de huisarts of een psycholoog. Een aantal van hen ziet de eigen toekomst somber in.

➤ **Hoe houden mensen zich staande?**

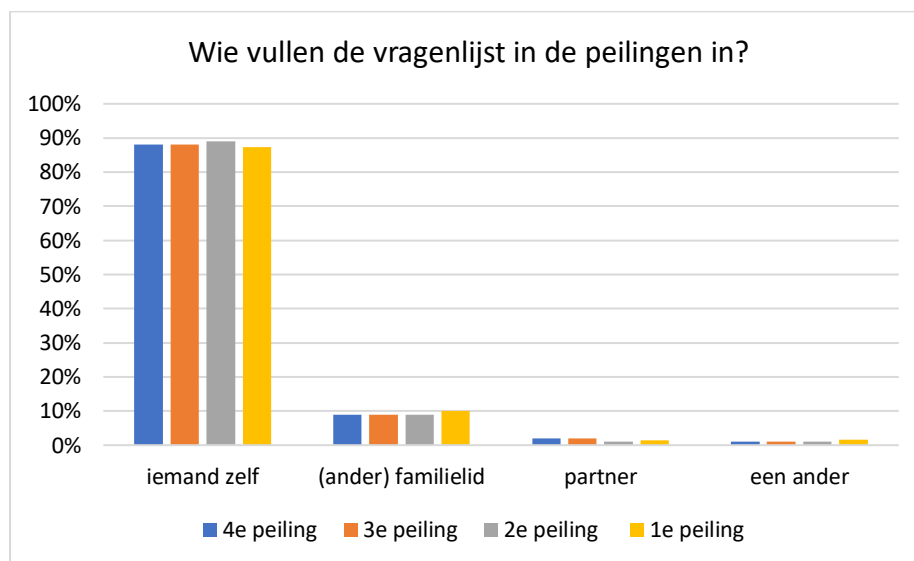
Niet alleen de voortzetting van professionele zorg en ondersteuning zijn belangrijk om deze periode zo goed mogelijk door te komen. Vooral contacten in het sociale netwerk en met familieleden zijn waardevol gebleken in de afgelopen tijd. Ook hobby's, lichaamsbeweging en het zorgen voor structuur in de dag spelen een rol. Tenslotte dragen ook lotgenotencontact en zelfhulptools eraan bij om in balans te blijven.

## 2. Deelnemers in de vierde peiling

### 2.1. Wie vullen de vragenlijsten in?

Aan de vierde peiling in de periode van 6 tot 22 juni deden 932 mensen mee: de meesten (88%) zijn cliënten en ruim een op de tien (11%) zijn familieleden of naasten. Een klein aantal vragenlijsten (1%) werd ingevuld door anderen, bijvoorbeeld door een vriend of vriendin. Dat verschilt nauwelijks met de vorige peilingen. De grootste groep is tussen de 51 en 66 jaar. Bij 2,3% gaat het om cliënten jonger dan 21 jaar; dat aantal is lager dan bij de derde peiling; toen was het 6%.

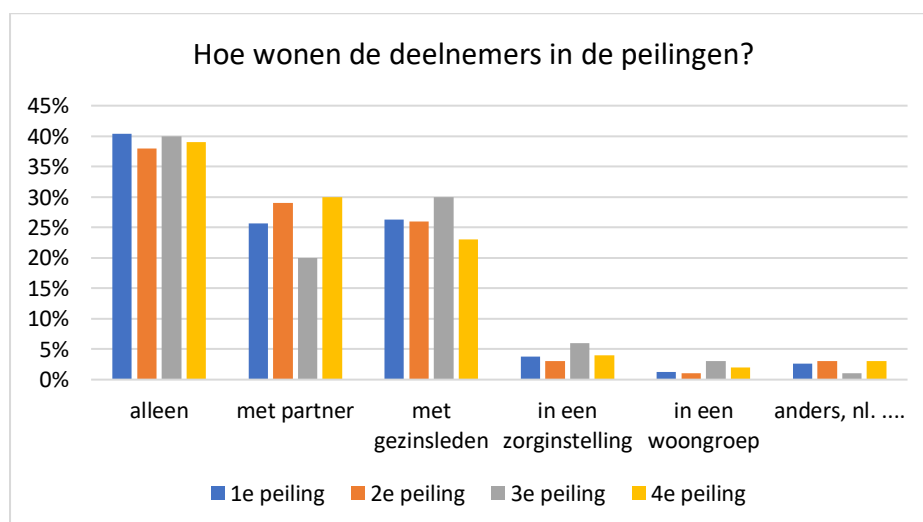
Grafiek 1 Wie vullen de vragenlijsten in de peilingen in?



### Woonsituatie

Aan de deelnemers is gevraagd in welke provincie zij wonen en hoe hun woonsituatie is.

Grafiek 2 Hoe wonen de deelnemers in de peilingen?



De antwoorden:

- In de vierde peiling komt relatief de meeste respons uit de provincie Utrecht en de minste respons uit Zuid-Holland. Dit was hetzelfde in de vorige peilingen.
- Vier op de tien deelnemers wonen alleen/zelfstandig (39%); ongeveer evenveel als bij de vorige peilingen.
- Bijna een derde woont met een partner (30%); dat is meer dan bij de derde peiling.
- Bijna een kwart woont met andere gezinsleden (23%); dat is minder dan bij de derde peiling.
- Een klein deel woont in een zorginstelling (4%), of in een woongroep (1%), zoals bijvoorbeeld een studentenhuis.
- Een klein deel (3%) woont op een andere manier. Evenals bij de voorgaande peilingen zijn hier enkele deelnemers bij die na corona-uitbraak zijn verhuisd om bij familie te wonen.
- Een enkeling heeft geen vaste woon- of verblijfplaats.

Enkele voorbeelden (met citaten):

- *"Ik woon alleen maar met een team hulpverleners om mij heen zodat ik mij kan redden."*
- *"De vragenlijst gaat over mijn zoon. Hij woont zelfstandig en krijgt al 14 jaar begeleiding van een FACT-team omdat hij verslaafd is en hallucineert."*
- *"Ik woon alleen (co-ouder) met de ene week mijn dochter en de andere week dan is zij bij haar vader."*
- *"Alleenstaande ouder met twee kinderen in huis ouder dan 19 en mantelzorger voor mijn ex-partner."*
- *"Ik woon tijdelijk bij mijn ouders. Maar ga eind deze week weer bij mijn huisgenoten wonen."*
- *"Voor mijn jongste zoon van 17 jaar met ASS en ADHD. Hij is sinds een jaar weer thuis na 3 jaar jeugdzorginstellingen."*
- *"Zij is door de zorginstelling uitgeplaatst op een vakantiepark totdat er een nieuwe zorgaanbieder is."*
- *"Ik woon in een woongroep. Op een gang met 5 andere mensen. Gezamenlijk een keuken, bad, wc."*

### 3. De uitkomsten voor cliënten in de vierde peiling

Inmiddels zijn veel maatregelen versoepeld en zijn openbare instellingen deels weer geopend voor publiek. Dit heeft verschillende gevolgen voor de dagelijkse bezigheden van cliënten en voor hun sociale contacten. Ook zien we hoe hun leven is veranderd op het gebied van werk en inkomen sinds het begin van de coronauitbraak in Nederland. Nu de ggz-zorg weer wordt hervat en de dag- en zelfregiecentra weer open gaan, is de vraag: 'Wat merken de cliënten daarvan?' En wat doen deze veranderingen met hun kijk op de toekomst?

#### 3.1. Versoepeling positief voor sociale contacten en dagelijkse activiteiten

##### Meer mogelijkheden voor dagelijkse activiteiten is niet voor iedereen positief

Aan cliënten (n=818) is gevraagd hoe ze de versoepelingen van de coronamaatregelen ervaren.

De antwoorden zijn:

- Het grootste deel van de cliënten (42%) is blij met de versoepeling van de maatregelen (11% is heel positief, 31% is positief). Zij noemen zaken zoals: meer bewegingsvrijheid buiten de deur, het dagelijks leven wordt weer wat gewoner, meer instellingen zijn toegankelijk. Men vindt het positief om weer naar sportclub, school, culturele en uitgaansinstellingen te kunnen gaan.
- Aan de andere kant is bijna een op de drie daar negatief over (9% is heel negatief en 21% is negatief). Zij noemen zaken zoals de toegenomen drukte op straat en in winkels en het gedrag van mensen die zich niet aan de RIVM-richtlijnen houden of dat er meer risico is op besmetting. Of dat regels niet altijd even duidelijk zijn. Daarnaast zijn er kritische opmerkingen over dat nog lang niet alles mogelijk is: de scholen geven niet allemaal fysiek les, niet alle zorg is toegankelijk, etc.
- Ruim een kwart (28%) heeft er geen mening over en weet nog niet wat ze van de versoepelingen moeten denken.

##### Over het herstel van de sociale contacten zijn cliënten iets positiever

Aan cliënten is gevraagd wat de gevolgen zijn van de versoepeling van de maatregelen voor hun sociale contacten.

De antwoorden:

- Bijna de helft (10% is heel positief en 36% is positief). Zij geven bijvoorbeeld aan dat het fijn is om weer contact te hebben met familie en vrienden, ouders, kinderen en kleinkinderen. Of om bij elkaar op bezoek te gaan of bezoek te krijgen en dat dit meer leuke activiteiten samen mogelijk maakt.
- Opvallend is dat bijna een op de vier (38%) er geen mening over heeft; zij weten het nog niet goed.
- Een op de zes ervaart de versoepeling van de coronamaatregelen als negatief voor hun sociale contacten (16%). Zij vinden bijvoorbeeld dat contactmogelijkheden met oudere mensen in zorginstellingen nog te beperkt is. Of sommigen ervaren onbegrip als ze niet met de versoepeling 'meegaan'. Bijvoorbeeld omdat ze liever geen verjaardagsfeestje willen geven.
- Een groot aantal cliënten heeft weer face-to-face contact met familie (48%) en vrienden (42%). Bijna een op de drie heeft vaak digitaal contact met bekenden (33%).
- Het contact met maatjes/peers en lotgenoten is sinds de coronauitbraak het vaakst weggefallen (resp. 15% en 14%).

Enkele voorbeelden (met citaten):

- *"Wat het voor mij betekent: bezoek...! In 2,5 maand geen bezoek gehad. Op 1 juni was ik jarig en zag ik eindelijk mijn kinderen en kleinkind weer. Ook mijn trouwe schoonmaakhulp komt weer wekelijks."*
- *"Weer uit mogen gaan, naar de film, een restaurant. Ik was er hard aan toe om meer mensen te zien. Niet depri maar kaal en leeg..."*
- *"Er verandert weinig voor mij. Ik heb geen auto, maar nu durf ik al helemaal niet meer met het openbaar vervoer. Dus ik kom nergens meer. Ik had al een hele kleine sociale kring, maar ik zie al 3 maanden niemand meer!"*
- *"Contacten met vriendinnen. Dit was de laatste maanden vooral via Skype en WhatsApp, nu durven we elkaar weer face-to-face te zien."*



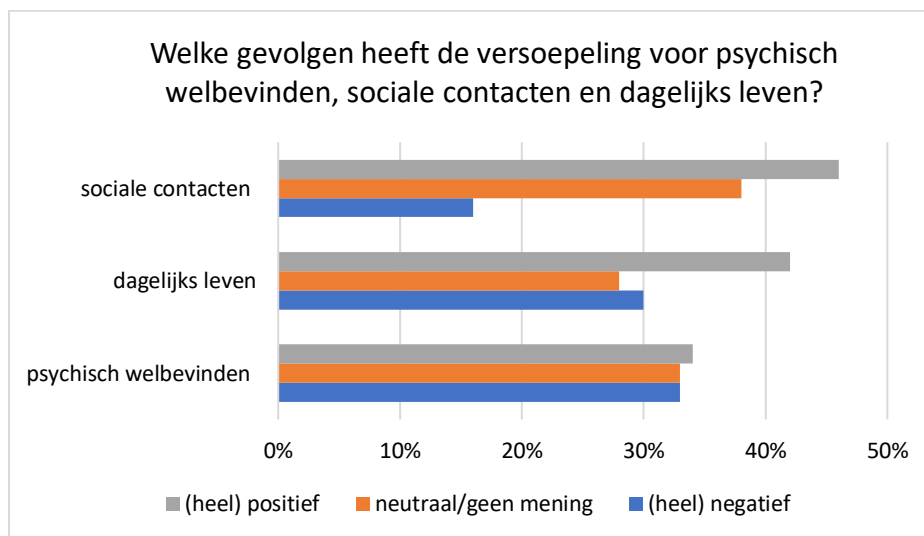
- *“Het is fijn om wat meer te kunnen als je dat wilt. Al twee keer op een terras gezeten. Dat heb ik erg gemist!! Het leven gaat weer door, al moeten we voorzichtig blijven!! Koorrepetities beginnen weer (buiten). Mensen worden minder krampachtig.”*
- *“Weer wat vaker naar kantoor kunnen, dat vind ik fijn. Door mijn werkzaamheden die weer worden opgestart krijg ik meer sociale contacten.”*

### Gemengde gevoelens over wat versoepeling doet met de psychische klachten

Als het gaat over de psychische klachten blijkt de versoepeling niet alleen maar positief voor mensen:

- Een derde vindt de versoepeling van de maatregelen positief (34%) voor hun psychisch welbevinden.
- Een even groot aantal cliënten ervaart het als negatief (33%). Deze mensen ervaren de versoepeling als psychische belasting, als druk: zij moeten (weer) wennen aan de hoeveelheid prikkels of het lukt hen niet om ‘alle ballen weer de lucht in te houden’. Of ze ervaren meer stress doordat anderen zich niet aan de regels houden.
- Een derde weet het eigenlijk nog niet (33%) hoe het bevalt.

Grafiek 3 Welke gevolgen heeft de versoepeling van de maatregelen voor psychisch welbevinden, sociale contacten en dagelijks leven in de vierde peiling?



Enkele voorbeelden (met citaten):

- *“Ik word weer geconfronteerd met wat ik allemaal niet kan doen; eenzamer.”*
- *“Op zich wel fijn dat je dan weer gebruik kan maken van het verenigingsleven en andere activiteiten zoals de inloop. Maar aan de andere kant een overgang van de regels en de onduidelijkheid daarin. Iedere organisatie hanteert het op hun eigen manier.”*
- *“Meer verplichtingen, meer drukte en prikkels. Fijn weer oude bekenden te zien en te spreken. Maar het gaf me wel rust tijdens de lockdown.”*
- *“Mensen houden totaal geen rekening meer met de anderhalve meter, dit levert stress op. Ik was gisteren in een ziekenhuis en al het personeel loopt je zo van de voeten, het leek de supermarkt wel, net zo veel stress. Gevolg: niet geslapen vannacht.”*
- *“Ik had de laatste tijd een paar leuke waardevolle contacten met steeds dezelfde mensen. Ik vind het ergens wel jammer dat de agenda weer wat voller begint te worden met verjaardagen en ‘verplichte’ afspraken.”*

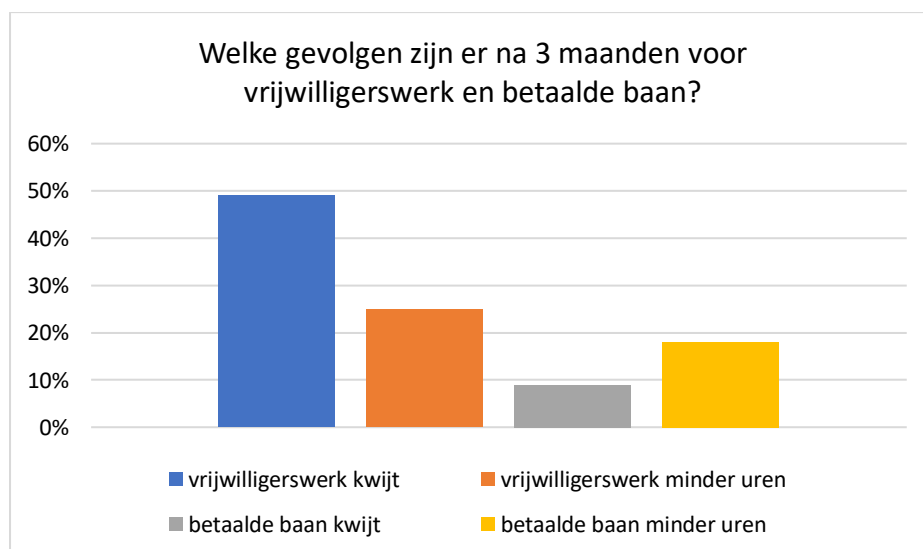
### 3.2. Na 3 maanden zijn de gevolgen voor werk en inkomen beter zichtbaar

Aan cliënten is gevraagd hoe hun situatie in juni is op het gebied van vrijwilligerswerk en inkomen. In deze peiling is apart gevraagd naar gevolgen voor betaald werk, vrijwilligerswerk en naar het gebruik van financiële tegemoetkomingen als er sprake is van inkomensverlies.

De antwoorden zijn:

- Van de cliënten met een betaalde baan (n=276) is bijna een op de tien deelnemers (9%) die kwijtgeraakt, bijna een op de vijf (18%) werkt minder uren. In eerdere peilingen was daarover veel onzekerheid.
- Van de cliënten die vrijwilligerswerk doen (n=346) is bijna de helft (49%) dit kwijtgeraakt en een kwart (25%) doet nog wel vrijwilligerswerk, maar minder uren. Dit is evenveel als bij de vorige peilingen.
- Niet alle cliënten geven aan wat de gevolgen van de crisis zijn voor hun inkomen (salaris of omzet). Bij de cliënten die de vraag over de inkomensgevolgen beantwoordden (n=761) zijn de uitkomsten:
  - De meesten (82%) geven aan dat hun inkomen hetzelfde gebleven is.
  - Daarbovenop meldt een tiende van de cliënten (10%) dat de crisis er voor hen geen inkomensgevolgen heeft, omdat zij daarvoor al een uitkering hadden in het kader van de WIA, WW, Ziektewet, WAO, Wajong of Wwb of een AOW en/of pensioen. Een enkele jongere maakte gebruik van studiefinanciering. Andere inkomensondersteunende maatregelen worden nauwelijks genoemd, zoals bijzondere bijstand, individuele inkomensvoorschot, kwijtschelding van gemeentelijke belastingen, collectieve ziektekostenverzekering, bijdrage schoolkosten van de kind(eren), korting op de maaltijdvoorziening of een kortingspas om te sporten.
  - Een klein deel (4%) maakt nu gebruik van corona-gerelateerde regelingen van de overheid voor tegemoetkoming, zoals de Tijdelijke Overbruggingsregeling Zelfstandige Ondernemers (Tozo) of de Tijdelijke Noodmaatregel Overbrugging voor behoud van Werkgelegenheid (NOW) of van deeltijd-WW.
  - Evenveel cliënten zeggen dat zij geen gebruik willen maken van de specifieke regelingen, omdat ze hun geld zelf willen verdienen of bijvoorbeeld omdat zij het (nog) niet nodig vinden. Bovendien denken sommigen dat zij er niet voor in aanmerking zullen komen.
- Cliënten jonger dan 21 jaar (n=83) melden vaker inkomensverlies dan volwassenen. Ook maken zij iets vaker gebruik van corona-gerelateerde regelingen voor tegemoetkoming.

Grafiek 4 Welke gevolgen zijn er na 3 maanden voor vrijwilligerswerk en betaalde baan?



Enkele voorbeelden (met citaten):

- *“Vrijwilligerswerk: ik heb nog steeds geen uitzicht op hervatting van mijn vrijwilligerswerk op twee verschillende adressen.”*
- *“Het bedrijf waar ik voor werk heeft gebruik moeten maken van de regeling. Ondanks dat is het heel spannend of ik mijn baan kan behouden.”*
- *“Ik had WIA. En toen kwam corona. Mijn begeleidingstrajecten zijn door UWV uitgesteld. Sindsdien is het traject nooit gestart en WIA gestopt. Aangepast werk vinden is onmogelijk.”*
- *“Ik wil het wel, maar kwam er in mijn specifieke situatie niet voor in aanmerking. (Mijn partner heeft een poging gedaan.) En we redden het wel een tijdje zonder mijn inkomen.”*
- *“Ik krijg mijn vrijwilligersvergoeding doordat er geen werk in is toch niet betaald. En ik zou niet weten hoe ik dat moet regelen en of het mogelijk is voor dat kleine beetje vrijwilligersvergoeding.”*
- *“Toevallig valt de corona samen met einde WW waardoor mijn inkomen fors gedaald is. De betaalde baan in loondienst waarin ik zou beginnen, is door corona niet doorgegaan. Dus ik leef nu van een voorschot van de WIA.”*

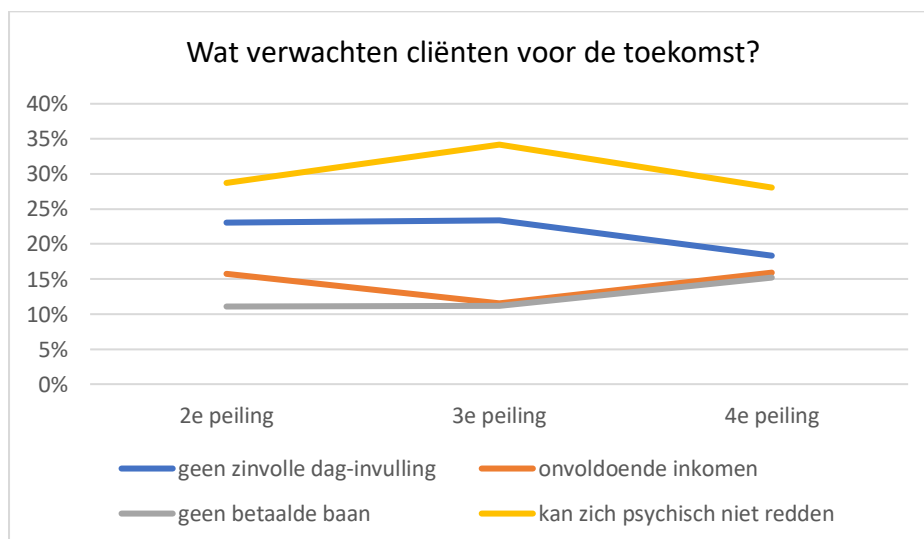
### Hoe ervaren cliënten deze veranderingen en bepaalt dit hun toekomstverwachtingen?

Het thuis zitten zonder vrijwilligerswerk of betaalde baan en het verlies van sociale contacten is voor velen een situatie die ze niet als positief beleven. Deze situatie heeft ook invloed op hoe cliënten hun toekomst zien. Vanaf de tweede peiling is specifiek gevraagd naar hun toekomstverwachtingen op het gebied van zinvolle dagbesteding, betaald werk, zorg en ondersteuning en of cliënten verwachten dat ze zich de komende tijd psychisch zullen redden.

De antwoorden:

- Ongeveer een op de zes deelnemers (15%) in de vierde peiling verwacht dat ze hun betaalde baan zullen kwijtraken en dat ze onvoldoende inkomen hebben om zichzelf financieel te redden (16%).
- Bijna een op de vijf (18%) verwacht dat ze geen zinvolle dag-invulling meer zullen hebben.
- Bijna een op de drie (28%) verwacht dat ze zich psychisch niet kunnen redden. Het percentage cliënten dat zegt dat ze het de komende tijd psychisch niet gaan redden, schommelt in de peilingen rond de 30%.

Grafiek 5 Wat verwachten cliënten voor de toekomst?



Enkele voorbeelden (met citaten):

- *“Meer vrijheid, meer mensen kunnen zien zonder schuldgevoel, hoop op de toekomst qua werken en studie.”*
- *“Musea en restaurants: Overall moet je je van tevoren elektronisch aanmelden en de tijd wordt beperkt. Zo kan en wil ik het niet (heb geen smartphone). Naar een museum ga je spontaan om te genieten van de stilte en de inspiratie.”*

- *“Ik merk dat ik me weer meer een buitenstaander voel nu mensen om mij heen weer sociale activiteiten buiten de deur kunnen, willen en gaan ondernemen. Ik ben liever rustig thuis met een paar vertrouwde mensen. Ik voel me weer meer anders dan anderen. Ik wijk weer eens af.”*
- *“Al voordat Covid-19 alles vertraagde had de gemeente al ernstige financiële problemen en wordt er bezuinigd op de Wmo en mijn werktraject begeleider is hierdoor ontslagen en mijn plan van het UWV ligt nu al 7 maanden stil.”*
- *“Of het nu coronatijdperk is of niet, het maakt me niet zoveel uit. Want aan bezoek heb ik sowieso nooit van familieleden en directe naasten. En ook niet dat er wordt gebeld door familie hoe het met mij gaat of een sociaal praatje.”*

### 3.3. De versoepeling is nog niet goed merkbaar in de ggz-zorg

Officieel kan de zorg worden hervat en de dagactiviteitencentra en mogen weer bijeenkomsten tot maximaal 30 personen plaatsvinden in inloop- en zelfregiecentra. Daarvoor is er o.a. de 'Richtlijn GGZ en Corona' en de 'Handreiking voor heropenen van zelfregiecentra en andere algemene voorzieningen'. Aan de cliënten is gevraagd wat zij daarvan merken en hoe dit met hen is gecommuniceerd door de zorginstelling/hulpverlener.

De antwoorden:

- Ruim drie kwart van de cliënten in de vierde peiling (77%) kreeg professionele ggz zorg voor de coronacrisis. En 8% bezocht dagactiviteiten, een inloophuis of zelfregiecentrum. In de eerdere peilingen bleek een groot deel van deze zorg weggevallen.
- De zorg van huisarts, POH GGZ en ggz-behandelaar vindt volgens cliënten in de vierde peiling nog voor een groot deel digitaal plaats (resp. 45%, 45%, 42%).
- Het vaakst is er weer face-to-face-contact bij de individuele begeleiding, het (F)ACT-team en in het dagactiviteitencentrum (resp. 57%, 52% en 47%).
- Opvallend is dat bijna een op de drie aangeeft dat de bijeenkomsten van hun dagactiviteitencentrum en inloop-, herstel of zelfregiecentrum helemaal gestopt zijn (resp. 29% en 32%).
- Daarnaast geven cliënten aan dat zij wel naar bijeenkomsten in hun dagactiviteitencentrum of inloop-, herstel- of zelfregiecentrum kunnen maar dat niet durven (resp. 9% en 12%).
- De coronacrisis heeft ook gevolgen voor de wachtlijsten: van de 343 deelnemers die na verwijzing naar de gespecialiseerde ggz op een wachtlijst staan, geeft 6% aan dat de vervolgzorg is uitgesteld, 24% geeft aan dat de wachttijd hetzelfde is gebleven en 38% geeft aan dat zij dit niet weten. Een op de tien (10%) heeft al een afspraak met de vervolgzorg. Overigens wacht een aantal deelnemers (6%) al op vervolgzorg sinds eind 2019.

#### Hervatting van de zorg houdt verband met hoe cliënten over de versoepelde maatregelen denken

Cliënten ervaren de versoepeling van de maatregelen voor hun psychisch welbevinden verschillend. Dat heeft wellicht te maken met persoonlijke omstandigheden.

Enkele zaken die opvallen:

- Cliënten die weer face-to-face zorg krijgen, zijn positiever over de gevolgen van de versoepeling van de maatregelen voor hun psychisch welbevinden dan gemiddeld (alle cliënten).
- Dat geldt vooral voor cliënten die weer naar het dagactiviteitencentrum gaan en naar het inloophuis of zelfregiecentrum. En voor cliënten bij wie de ggz-behandeling weer face-to-face plaatsvindt. Zij zijn het meest positief. Cliënten die nog steeds individuele begeleiding krijgen op een alternatieve manier (digitaal of telefonisch) zijn het minst positief over de versoepeling van de maatregelen.
- De cliënten bij wie de zorg van de POH GGZ en de individuele begeleider nog steeds niet is hervat en die nog steeds niet naar het dagactiviteitencentrum-, inloophuis of zelfregiecentrum gaan, zijn het meest negatief over het versoepelen van de maatregelen.

Enkele voorbeelden (met citaten):

- *“Behandeling (ggz): mijn volledige behandeling loopt intussen weer face-to-face (groep en individueel). Daarnaast hebben mijn behandelaars hard gewerkt om mijn traumabehandeling alsnog op te starten, dat was voor mij heel belangrijk.”*
- *“De ggz en de gehandicaptenzorg zit nog gewoon op slot. In de weekeinden helemaal, door de weeks wordt er hooguit onder begeleiding gewandeld. Mensen zitten achter slot en grendel.”*

- “Eén op één gesprekken zijn niet meer via beeldbellen maar weer face to face. Een grote verbetering.”
- “Mijn dagbesteding is weer open maar ik mag maar anderhalf uur komen in plaats van drie uur in verband met planning en voorbereiding (???) dat snap ik niet ...”
- “Psycholoog zie ik weer, psychiater gaat via beeldbellen maar dat vind ik eigenlijk wel fijn, scheelt me namelijk heel veel energie.”

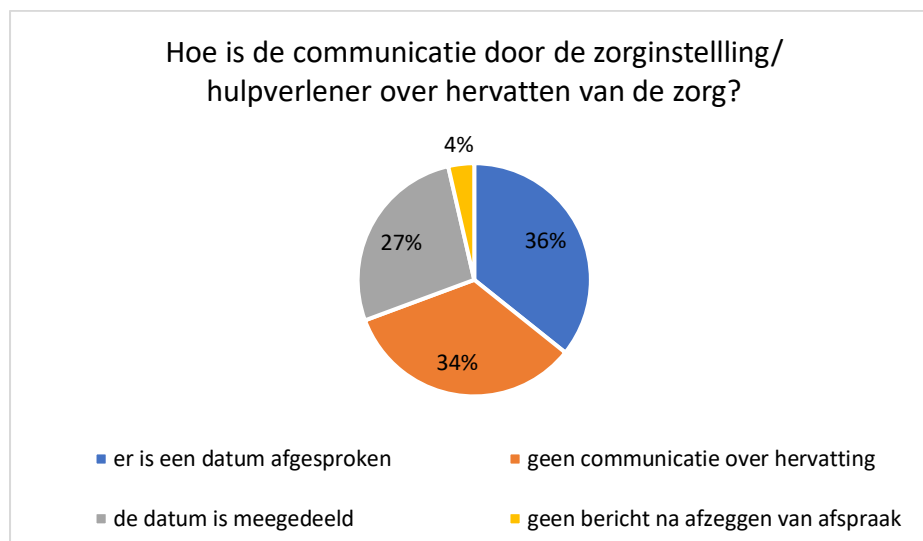
### Het is niet goed bekend dat de zorg kan worden hervat

Aan de deelnemers is gevraagd wat zij vinden van de communicatie vanuit de zorginstelling of door hulpverleners rondom het hervatten van de zorg. Ook is ditmaal gevraagd hoe de herstart van de hulpverlening na de coronaperiode tot stand is gekomen en of dit in overleg met cliënten is gebeurd.

De uitkomsten:

- Ruim een op de drie deelnemers (34%) geeft aan dat de zorginstelling/hulpverlener nog niets heeft laten horen over eventuele hervatting van face-to-face zorg of bijeenkomsten.
- Ongeveer evenveel deelnemers melden dat de zorginstelling/hulpverlener heeft aangegeven dat de face-to-face zorg binnenkort kan worden hervat en wil een datum afspreken dat dit kan ingaan (36%).
- Ruim een kwart (27%) had geen inspraak in het moment van hervatten; het werd hen meegedeeld.
- In de overige situaties werd de afspraak alleen afgezegd of is het moment van de afspraak voorbij gegaan zonder informatie vanuit de zorginstelling.

Grafiek 6 Hoe is de communicatie vanuit de zorginstelling/hulpverlener over hervatten van de zorg?



Enkele voorbeelden (met citaten):

- “Volgens de nieuwsbrief instelling gaat de poli weer open. Maar de hulpverleners gaan alleen voor crisis naar de poli, verder werken ze thuis. Beide hulpverleners doen na 3 maanden lockdown nog steeds niet aan beeldbellen, alleen telefoon.”
- “Zij hebben via een e-mail gecommuniceerd dat de groep hervat zou worden voor 2 uur per week. De Wmo-zorg is versoepeld, de begeleider mag weer aan huis komen maar dit durf ik niet.”
- “Ik krijg nu 1x per week een wandelafpraak met één van mijn begeleiders en ik kreeg vandaag te horen dat de inloop, met de nodige maatregelen, volgende week weer mag starten.”
- “Ik wacht sinds april. Toen zou mijn klinische behandeling van start gaan. De laatste afspraak werd afgezegd, zijn ze nooit op terug gekomen. Ik wacht nog steeds op een nieuwe oproep.”
- “Ik ben afgewezen na een intake van 4 maanden (sinds eind januari) en kan dus opnieuw beginnen met zoeken. De ggz-aanbieders in de regio zijn in financiële problemen waardoor ze nog steeds niks weten wanneer ik hulp kan krijgen.”

### 3.4. Cliënten zijn deze crisis nog niet te boven, maar het bracht ook iets nieuws

Aan de cliënten is gevraagd hoe zij de afgelopen periode hebben ervaren en hoe zij naar de toekomst kijken.

De antwoorden:

- Bijna de helft van de cliënten (49%) geeft aan dat ze in de eerste weken na de corona-uitbraak ontregeld waren en nog steeds niet 'in hun gewone doen' zijn.
- Iets minder zeggen (44%) dat het vanaf het begin psychisch slechter met hen gaat en nog steeds niet goed is.
- Dit geldt ook voor lichamelijke klachten; deze zijn ook toegenomen en nog steeds aanwezig (37%).
- Voor ruim een derde (35%) heeft de situatie ook iets nieuws gebracht: zij geven aan dat ze nieuwe manieren hebben ontdekt om met lastige situaties om te gaan.

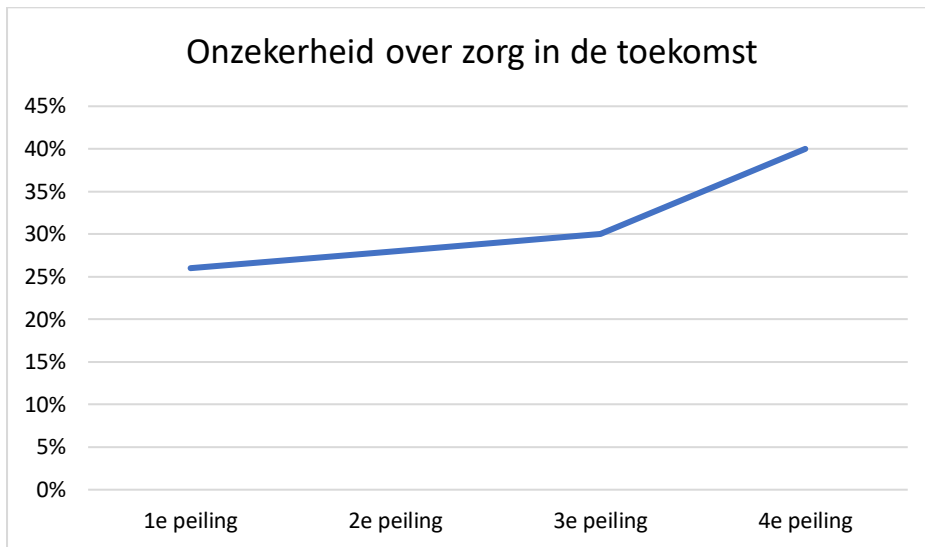
### 3.5. Wel zijn er twijfels over passende ggz-zorg in de toekomst

Aan cliënten is gevraagd welke psychische zorg, behandeling of ondersteuning in de komende periode (2020) voor hen het meest belangrijk is. En of zij verwachten dit te zullen krijgen.

De antwoorden:

- Bijna drie op de vijf deelnemers (59%) geven aan welke zorg en ondersteuning zij het meest belangrijkst vinden: Hier worden vaak genoemd: een-op-een-contact met de gespecialiseerde ggz-hulpverlener, individuele psychiatrische zorg en groepsbehandeling, psychische zorg en ondersteuning in de thuissituatie van bijvoorbeeld een (F)ACT-team, gespecialiseerd verpleegkundige of SPV 'er maar ook dagbesteding, activerende begeleiding en dagbehandeling. Het gaat ook om voortzetting van specifieke therapie of behandelingen door een psychiater, psycholoog of therapeut, om crisiszorg of opname, om verschillende vormen van ambulante psychische zorg, huisarts en POH'er GGZ, begeleid zelfstandig wonen, RIBW, begeleiding en ondersteuning vanuit de Wmo, casemanagement, coaching, maatschappelijk werk, loopbaanbegeleiding of werktrajecten en hulp in het huishouden.
- Daarnaast hield een op de acht (12%) cliënten zelf contact met lotgenoten of ervaringsdeskundigen. Hierbij noemen zij bijvoorbeeld meetings van AA of NA, contacten met ervaringswerkers en groepen van lotgenoten en patiëntenverenigingen, herstelgroepen, cursussen en werkgroepen zoals WRAP en HEE, vriendenkringen en -huizen en zelfhulpnetwerken.
- Een op de vijf (20%) geeft aan dat ze de komende tijd verwachten geen zorg nodig te hebben.
- Van de cliënten die verwachten dat ze wel zorg en ondersteuning nodig hebben (n=420) verwacht ruim een op de vier (42%) ook passende zorg ook te krijgen in de komende periode.
  - Verder verwacht bijna een op de vijf cliënten die zorg nodig hebben (19%) dat ze dit de komende periode niet zullen krijgen. Dit heeft vaak te maken met hun ervaringen vóór en tijdens de coronacrisis, bijvoorbeeld dat de ggz toen ook al niet voldoende zorg bood (door wachtlijsten of omdat de instelling of gemeente de zorg had stopgezet, of het niet langer vergoed werd, of doordat zorgverleners vaak wisselen).
  - Een fors deel (40%) weet niet of zij in de toekomst passende zorg zullen krijgen. Bij de cliënten is sinds de eerste peiling meer onzekerheid of zij in de toekomst passende zorg zullen krijgen.
- Vooral de cliënten die verwachten geen passende zorg te krijgen en degenen die daar onzeker over zijn, geven aan dat ze verwachten dat de zorg digitaal wordt voortgezet (dus niet face-to-face) en dat dit voor hen onvoldoende is.
- Opvallend is ook dat bijna de helft van de cliënten (45%) verwacht dat ze de komende tijd nauwelijks hulp zullen krijgen uit hun sociale netwerk.

Grafiek 7 Het aantal cliënten dat onzeker is over passende zorg in de toekomst in de peilingen



Enkele voorbeelden (met citaten):

- *“Degene die mij al 5 jaar hielp, is op een andere functie gezet vanwege bezuinigingen. Ik ben er mee gestopt omdat ik wéér een andere behandelaar kreeg toegewezen.”*
- *“Het traject is inmiddels beëindigd, mijn psychische klachten zijn afgenomen. Daarentegen is de problematiek in de maatschappij met name door alle gevolgen van de lockdown dramatisch toegenomen, de schade moet nog zichtbaar worden.”*
- *“Geen zorg nodig: Ik voel me stabiel en zie geen aanleiding dat hier verandering in komt. Ik zit goed in mijn vel en kan me momenteel behoorlijk goed zelf redden. Met de medicatie gaat het goed. Na 3 pogingen om te stoppen, heb ik nu het advies om dit te blijven gebruiken. Een eindgesprek is gepland.”*
- *“Ik verwacht van niet. Vóór de coronacrisis werd ik al niet geholpen door het ggz. Zodra het iets beter met me gaat (maar nog steeds chronisch OCD-patiënt ben) pas ik niet meer in de bestaande behandeling en moet ik weg. Ik krijg pas hulp als het zo slecht gaat dat ik wel pas.”*
- *“Ja, het extra uur begeleiding is door de gemeente tot eind van het jaar toegekend en de huisarts en begeleiding zitten beide achter snelle hulp van een psycholoog aan.”*

## 4. Uitkomsten voor familieleden en naasten

**De komst van het coronavirus en de maatregelen om de verspreiding daarvan tegen te gaan, hebben ook invloed op het leven van familieleden en naasten. Ook de veranderingen in de zorg en ondersteuning van hun naaste raken hen en hebben soms vergaande gevolgen.**

### 4.1. Familieleden en naasten zijn niet unaniem positief over versoepeling

Aan familieleden en naasten is gevraagd hoe zij de versoepeling van de maatregelen ervaren en wat de gevolgen voor henzelf zijn in het dagelijks leven en op het gebied van sociale contacten en welbevinden.

De antwoorden:

- Ongeveer evenveel familieleden zijn positief (40%) als negatief (36%) als het gaat om wat zij in het dagelijks leven merken. Evenals de cliënten ervaren zij meer bewegingsvrijheid en de mogelijkheid om weer meer buiten te kunnen doen, te gaan sporten etc. Tegelijkertijd merken ze op dat het dagelijks leven drukker wordt.
- Evenals de cliënten zijn veel familieleden/naasten (58%) positief dat ze weer meer en makkelijker sociale contacten hebben. Toch is zo'n 15% negatief en dit heeft vaak te maken met de beperkte bezoeksregelingen in zorginstellingen. Bijvoorbeeld ouders die hun kind nog niet vrij mogen bezoeken of zelf beperkt worden in het ontvangen van bezoek.
- Op het gebied van psychisch welbevinden zijn evenveel familieleden en naasten neutraal (36%) als positief (37%). Ze ervaren meer ontspanning en plezier. Verder benoemen familieleden en naasten ook dat de regels soms tegenstrijdig lijken en dat geeft onduidelijkheid. Dat niet iedereen zich aan de regels houdt, geeft weer extra zorgen. Ook wordt hier vaak bij genoemd dat zij (nog steeds) veel ondersteuning aan hun verwanten geven omdat de zorg voor hen nog niet is opgestart.
- Het is bij weinig familieleden en naasten bekend of de zorg voor hun verwant weer face-to-face is hervat. Dit aantal is te laag om na te gaan wat zij van die zorg vinden.

### Ondanks de versoepeling nog steeds veel informele hulp uit het sociaal netwerk

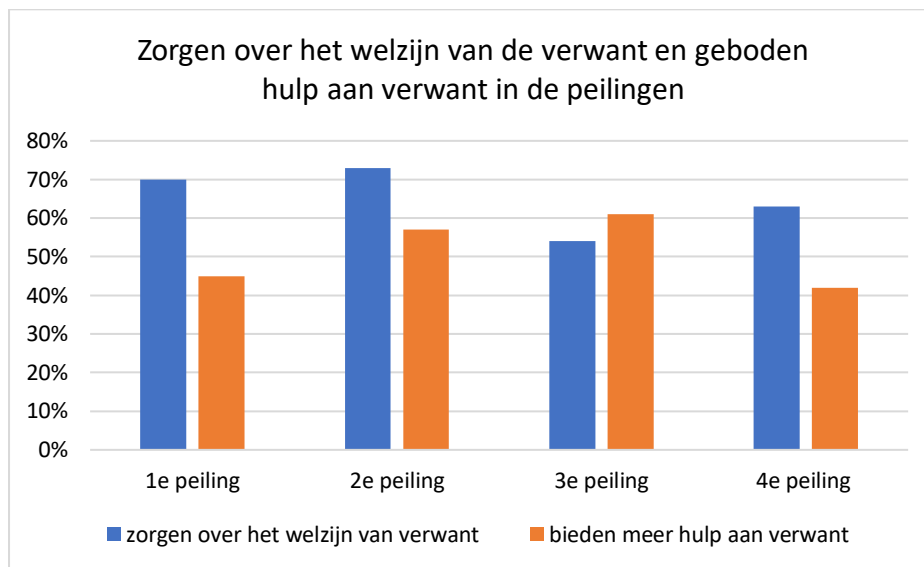
Aan familieleden en naasten is gevraagd welke gevolgen de corona-uitbraak en de maatregelen hebben voor de hulp die zij aan hun verwanten bieden. En wat de versoepeling van de maatregelen betekent voor hun inzet.

De uitkomsten:

- Een groot deel van de familieleden en naasten (42%) biedt meer hulp aan hun verwant dan vóór de coronacrisis. Deels komt dit doordat hun verwanten sinds de versoepeling van de maatregelen meer onrust en spanning ervaren en deels omdat volgens hen adequate zorg en hulp nog niet op orde is.
- Bijna een tiende (9%) geeft aan dat ze in de eerste periode van de coronacrisis meer hulp aan hun verwant/naaste hebben gegeven maar dat dit inmiddels weer is zoals het was vóór de coronacrisis. Dit komt vaak omdat de verwant inmiddels weer structuur heeft gevonden (aan de situatie is gewend) en zelf meer doet.
- Ruim een op de zes (16%) geeft hun verwant minder hulp dan voor de crisis. Hiervoor worden verschillende redenen aangegeven: het familielid is zelf fysiek of psychisch niet in staat om dit te doen of het familielid ziet zijn/haar verwant bijna niet omdat bezoek (nog) te veel risico op besmetting geeft.
- Toch maakt een aanzienlijk deel van de familieleden en naasten zich nog steeds grote zorgen om het welzijn van hun verwanten. Dat aantal is weliswaar lager dan bij de eerste peiling, maar evengoed nog bijna twee derde (63%).
- De familieleden en naasten die sinds de corona-uitbraak hun verwanten vaker dan gemiddeld helpen, maken zich vaker zorgen om het welzijn van hun verwant dan degenen die minder hulp verlenen.



Grafiek 8 Hulp die familieleden en naasten bieden aan en zorgen die zij zich maken over hun verwant



Enkele voorbeelden (met citaten):

- *“Alle zorg voor mijn zoon kwam op mijn schouders en wordt nu weer opgepakt door de ggz. Zijn dagbesteding is weer open.”*
- *“Je hoort weer kinderstemmen op het schoolplein. Er is weer levendigheid in het stadsbeeld. Meer sociale contacten. Je hebt elkaar weer wat te vertellen.”*
- *“Dat we onze zoon weer op mogen halen na 29 juni. En dat zijn zoon van 12 jaar (KOPP) zijn papa eindelijk na 3 maanden weer kan zien.”*
- *“Weer winkelen, ontspanning, bijvoorbeeld terras en restaurant. Iedereen durft weer wat meer. Het mag, maar ik blijf erg voorzichtig, ben terughoudend in contacten.”*
- *“De regels worden niet nageleefd. Zij wordt angstiger, ze vindt dat het besmettingsrisico daardoor toeneemt. Zal er een 2<sup>e</sup> golf komen?”*

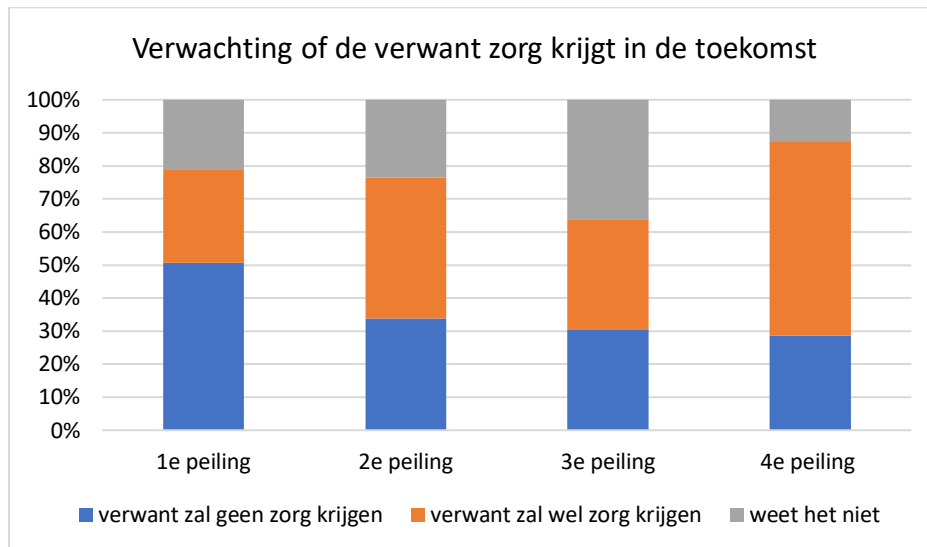
### Veel familieleden en naasten verwachten dat hun verwant professionele zorg zal krijgen

Aan familieleden en naasten is gevraagd welke zorg en ondersteuning hun verwant in de toekomst nodig heeft en of zij verwachten dat dit geboden wordt.

De antwoorden:

- Ruim drie kwart van de familieleden en naasten (77%) geeft aan welke zorg en ondersteuning zij voor hun verwant het meest belangrijkst vinden.
- Het vaakst worden hier genoemd therapie en/of behandeling, dagbestedingsactiviteiten, contact en communicatie, adviserende coaching, structuur in de dag en psychiatrische ondersteuning thuis (door (F)ACT-team). Minder vaak noemen zij: een opname, herstelgerichte coaching of hulp van een buddy of maatje.
- Een op de twintig (5%) familieleden en naasten verwacht dat zijn/haar verwant geen zorg nodig heeft in het komende jaar.
- Bij degenen die wel zorg nodig zullen hebben, verwachten de familieleden en naasten dat:
  - Bijna een derde (29%) van de verwanten de zorg die nodig is niet zal krijgen. Dit heeft vaak te maken met de ervaring dat het in de afgelopen tijd ook niet is gelukt om passende zorg te krijgen.
  - Bij de meerderheid (59%) van de verwanten zal de nodige zorg wel gerealiseerd worden.
- Bij de eerste peiling waren de verwachtingen van familieleden en naasten uitgesproken negatief. Een grote meerderheid verwachtte toen dat hun verwanten de komende tijd niet de zorg zouden krijgen die nodig is. Vanaf de tweede peiling heeft een kleiner deel die verwachting.

Grafiek 9 Verwachting van de familie en naasten of de verwant zorg krijgt in de toekomst



Enkele voorbeelden (met citaten):

- *“Mijn dochter is nog bij mij thuis momenteel, omdat de behandeling bij mij thuis beter lukt dan in het Begeleid Wonen. Nu ik weer meer moet gaan werken heeft dat een negatief effect op haar omdat ik er dan minder ben. Ik overweeg haar weer terug te gaan brengen bij de BW.”*
- *“Er was voor de corona al niet voldoende ondersteuning en hulp in huis voor mijn gehandicapte zoon.”*
- *“Het is wel heel erg van belang dat bij de hulp die ze moeten krijgen er goed gekeken gaat worden naar wat echt nodig is. Gelukkig werkt de gemeente mee en heeft zij een ruime indicatie.”*
- *“Er staat weer een datum dat opname hopelijk gaat plaatsvinden, daar fleurt hij van op.”*
- *“De psycholoog meldde dat langlopende zaken afgesloten moeten worden van hogerhand. Mijn zoon zit nog in opbouwfase van de medicatie en heeft geen therapie gehad in coronatijd, dus nee.”*
- *“Ik verwacht die zorg doorgaat omdat dat hard nodig is. Bovendien: de zorg in de instelling waar hij verblijft ‘er boven op zit’”.*

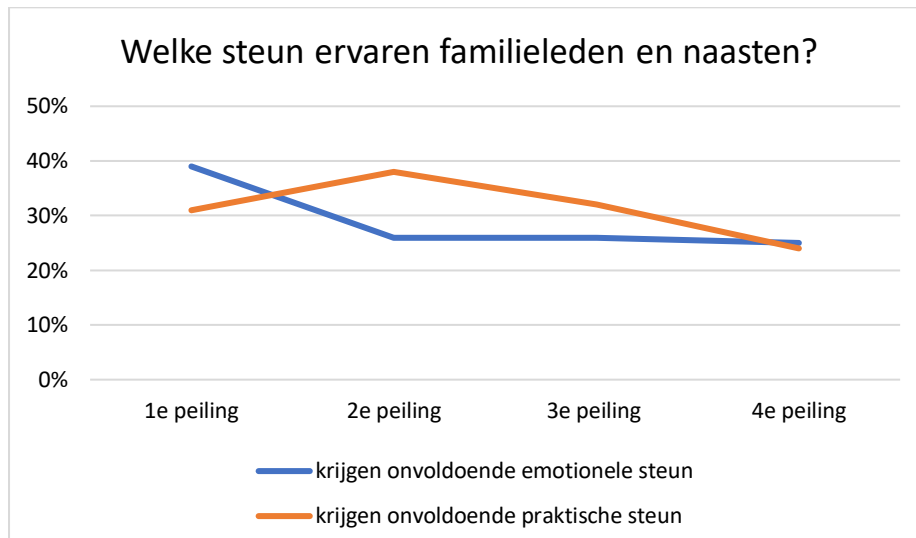
#### 4.2. Familieleden en naasten zien hun eigen toekomst niet altijd rooskleurig

Aan familieleden en naasten is gevraagd of zij in deze periode zelf steun hebben gekregen wat dit voor hen betekent. het coronavirus en de maatregelen eromheen gevolgen hebben voor henzelf.

Daarover en over wat zij zelf nodig hebben in deze periode zeggen zij het volgende:

- Een kwart van de familieleden en naasten (25%) voelt zich onvoldoende emotioneel gesteund en bijna een kwart (24%) vindt dat zij onvoldoende steun krijgen bij praktische zaken.
- Bijna een op de drie familieleden en naasten (29%) geeft aan dat het sinds de uitbraak van het coronavirus psychisch slechter met hen gaat en dat het nog steeds niet goed gaat.
- Overigens geeft een fors deel (39%) aan dat zij tot een risicogroep behoren als het om corona gaat.

Grafiek 10 Welke steun ervaren familieleden en naasten in de peilingen?



Enkele voorbeelden (met citaten):

- *“Ik heb nu een dilemma, omdat ik minder goed kan zorgen voor mijn dochter omdat ik meer buiten de deur moet werken. Ik sta er alleen voor.”*
- *“Nogmaals met de neus op de feiten: als familie van ggz-cliënten worden we systematisch buitengesloten onder alle (zelfs extreme) omstandigheden. Herhaaldelijk met je neus tegen muren lopen maakt je moedeloos.”*
- *“Het feit dat er weer positieve vooruitzichten zijn en ook de berichtgeving niet uitsluitend over allerlei bedreigingen gaat, maakt het bestaan iets lichter.”*
- *“Ik weet het zo langzamerhand niet meer... maar af en toe wordt ik razend of depressief in mijn gedachten.”*
- *“Mijn psychisch welbevinden is altijd intact gebleven, heb genoeg zaken waarmee ik me bezig hou, geniet van werk in moestuin en zie mijn familie en vrienden weer.”*

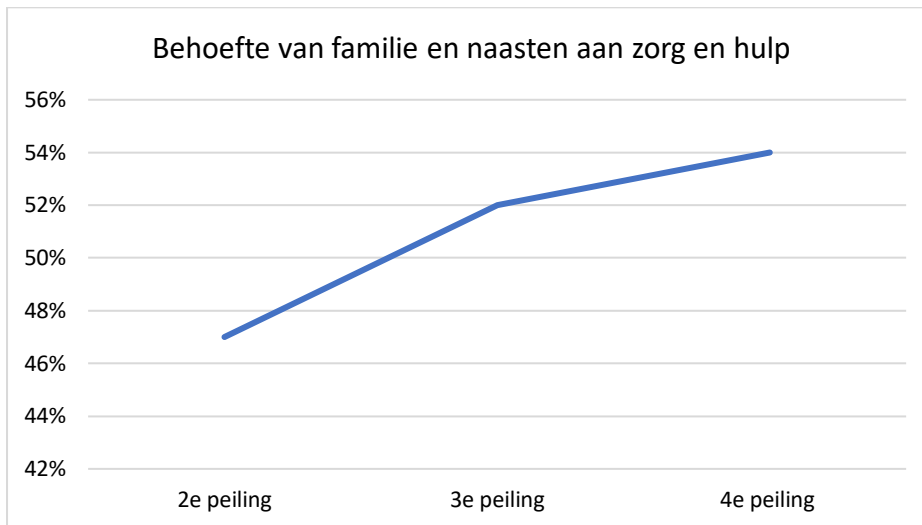
### Ruim de helft van de familieleden en naasten heeft zelf behoefte aan ondersteuning

Aan de familie en naasten is gevraagd of zij zelf behoefte hebben aan zorg of ondersteuning of hulp. En zo ja, waaraan.

De uitkomsten:

- Voor ruim de helft (54%) is dat het geval. Het vaakst worden hierbij genoemd:
  - Professionele zorg van een hulpverlener voor henzelf, bijvoorbeeld van een huisarts, psycholoog, POH'ers GGZ, casemanager, etc.. Zij hebben behoefte aan gesprekken, begrip en een luisterend oor, het liefste van familie en vrienden.
  - Maar ook contact met lotgenoten-familieleden die in dezelfde situatie verkeren, bijvoorbeeld via een familie-vereniging.
- Hier geven familieleden en naasten ook aan dat zij een betere samenwerking wensen met de zorginstellingen en de hulpverleners van hun verwant. Vooral dat de zorgverleners beter naar de familie en naasten luisteren.
- Minder vaak noemen zij dat ze graag geestelijke steun zouden willen, bijvoorbeeld van een pastor of praktische hulp voor henzelf zoals huishoudelijke hulp.
- Ook wijzen familieleden en naasten erop dat er adequate en snelle zorg voor hun verwant moet komen. Dit beschouwen zij ook als ondersteuning voor henzelf omdat het hen ontlast.

Grafiek 11 Behoefte van familieleden en naasten aan zorg en hulp in de peilingen\*



\*Dit is niet gevraagd in de 1<sup>e</sup> peiling

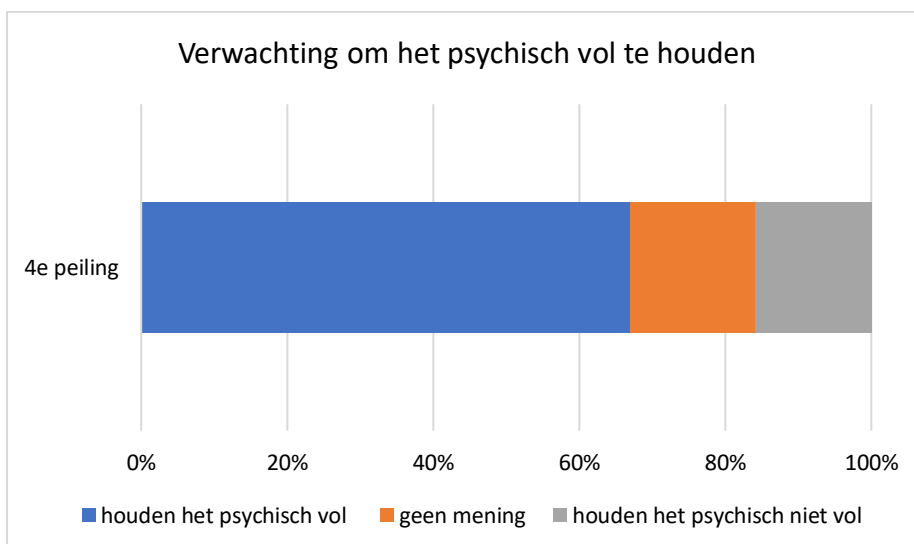
Enkele voorbeelden (met citaten):

- *“Omgang met lotgenoten of ervaringsdeskundigen.”*
- *“Graag een luisterend oor en dat de hulpverlening minder bureaucratisch werkt.”*
- *“Ik zou de huisarts willen raadplegen en overleggen.”*
- *“Een goed gesprek met vrienden; een goede kerkdienst; eventueel psycholooggesprek met pastor.”*
- *“Ik zie liever dat mijn partner weer fatsoenlijke hulp krijgt.”*

De gebeurtenissen in de afgelopen periode stemmen familie en naasten somber over de toekomst

Er is gevraagd naar de verwachtingen voor de toekomst.

Grafiek 11 Verwachten familieleden en naasten dat zij het de komende tijd psychisch volhouden?



De uitkomsten:

- Een op de drie (33%) verwacht dat ze in de toekomst meer hulp aan hun verwant (blijven) bieden.
- Ook geeft een op de acht (12%) aan dat ze bang zijn dat ze zelf de komende tijd geen zorg of hulp meer zullen krijgen.

- Ruim een kwart (27%) geeft aan dat ze (meer) hulp en steun gaan zoeken bij mensen in dezelfde situatie als zichzelf (bij familieleden, lotgenoten of online).
- Tijdens de 2<sup>e</sup> en de 3<sup>e</sup> peiling gaf een deel van de familieleden en naasten aan dat ze in die periode niet goed meer voor zichzelf konden zorgen (18 á 19%). In deze 4<sup>e</sup> peiling verwacht ruim twee derde (67%) dat ze het zelf komende jaar psychisch wel redden. En een op de zes (16%) verwacht dat ze het zelf het komende jaar psychisch niet volhouden.

Enkele voorbeelden (met citaten):

- *“Positieve dingen zoeken. Verder investeren in de ander die het moeilijker heeft dan jezelf. En je ervaringen delen.”*
- *“Als mijn kind niet geholpen wordt, word ik ook niet geholpen. Het is een puinhoop. De dagbehandeling is gehalveerd qua uren, er zijn nu wisselende tijden, op verschillende dagen zonder dat er overlegd wordt. Het gaat dus ook heel erg fout, en mijn zoon holt achteruit.”*
- *“Op dit moment geef ik een cursus ‘Samen sterk door triadisch werken’. De cursus zit vol met 7 familieleden en naasten en dit is i.v.m. corona het maximale aantal. Het geeft kracht om andere ouders naasten te ondersteunen. De volgende cursus zit ook al vol; er is dus veel animo.”*
- *“ik heb gevraagd of de ggz de behandeling van mijn zoon volledig op zich wil nemen, zodat ik tot rust kan komen. Zij weigeren en eisen mijn medewerking bij de behandeling omdat zij niet genoeg uren willen leveren.”*
- *“Mijn psychisch welbevinden is altijd intact gebleven. Ik heb genoeg zaken waarmee ik me bezig hou, ik geniet van werk in moestuin, en zie mijn familie en vrienden weer.”*

## 5. Wat helpt om deze periode door te komen?

Niemand is hetzelfde en elke situatie is anders. Wat de één heeft geholpen, kán voor een ander ook behulpzaam zijn. Aan cliënten en naasten is gevraagd hoe het hen is gelukt deze periode zo goed mogelijk door te komen of in balans te blijven. 768 cliënten en 104 familieleden en naasten hebben deze vraag beantwoord. Zij geven uiteenlopende ervaringen: over hoe ze zijn omgegaan met de omstandigheden, hoe ze hun tijd hebben besteed en wat hen daarbij heeft geholpen.

### Sociale contacten, hobby's en professionele zorg hebben voor cliënten het meest bijgedragen

De punten die cliënten het vaakst noemen:

- De contacten die cliënten hebben onderhouden met vrienden en mensen uit hun sociale netwerk hebben het meest bijgedragen om deze periode door te komen. Veel mensen hebben steun ervaren vanuit hun sociale netwerk, hun vrienden en vriendinnen, kennissen, goede collega's, burens en voorbijgangers.
- Hobby's nemen een belangrijke plaats in als het gaat om in balans te blijven. Genoemd worden puzzelen, muziek luisteren en tuinieren, schilderen, tekenen, koken, bakken, yoga en mindfulness. Sommigen benoemen dit als afleiding; anderen hebben nieuwe activiteiten gevonden die ze plezierig vinden of gingen talenten (verder) ontwikkelen.
- Vervolgens is contact met hulpverleners van belang. Hierbij noemen de cliënten het voortzetten van contacten met de eigen hulpverleners (digitaal of face-to-face).
- Voor velen was het belangrijk om dagelijks te blijven bewegen of sporten. Vaak noemt men wandelen, fietsen, hardlopen (het liefst in de natuur) en ook sport in het algemeen.
- Op de vijfde plaats staat de steun van partners en familieleden, ouders, kinderen, kleinkinderen, broers, zussen, kinderen van partners etc. Zij hebben elkaar gesteund en steun ervaren.
- Bezig blijven en zorgen voor een dag-invulling werden ook veel genoemd. Het maken van een planning of een vast ritme aanhouden in opstaan, eten en slapen heeft geholpen om structuur aan te brengen.

Tabel 1 Wat heeft cliënten geholpen om zich staande te houden in deze periode?

Wat heeft cliënten geholpen?	%
Contact met vrienden/sociaal netwerk	18%
Hobby's/creatieve bezigheden	16%
Contact met zorgverleners	15%
Wandelen/fietsen/bewegen/sport (in de natuur)	14%
Contact met familie/naasten	12%
Dag-invulling/structuur/ritme houden	10%
Medicatie of (extra) medicatie	3%
Doorgaan zoals gebruikelijk	3%
Informatie negeren of buitensluiten	3%
Vrijwilligerswerk of baan	2%
Zelfmanagement/zelfhulp	2%
Lotgenotencontact	1%
Hulp aan anderen	1%
Overig	1%
<b>Totaal</b>	<b>100%</b>

Minder vaak noemen cliënten:

- Dat medicatie heeft geholpen om de situatie het hoofd te bieden. Of dat ze extra medicatie kregen.
- Dat ze in de afgelopen periode eigenlijk dezelfde dingen hebben gedaan dan voorheen.

- Dat zij de nieuwsberichten over Covid-19 bewust hebben vermeden en bijvoorbeeld de TV hebben uitgezet om de emoties te vermijden.
- Dat ze zich voornamelijk hebben gericht op hun vrijwilligerswerk of baan. Bij sommigen heeft het werk meer tijd gekost dan gebruikelijk vanwege de coronamaatregelen.
- Dat zelfhulptools hebben bijgedragen om zich staande te houden. Cliënten hebben bijvoorbeeld gebruik gemaakt van wat ze eerder in een behandeling of herstelgroep geleerd hadden.
- Dat ze baat hebben gehad bij lotgenotencontact en dat dit hen heeft gesteuwd om vol te houden.
- Dat ze anderen hebben geholpen in de afgelopen periode, bijvoorbeeld burens en dat ze daaruit voldoening halen.

Bij 'overig' gaat het bijvoorbeeld om iemand die zijn baan heeft opgezegd, of een studie is gaan doen of een cursus is gaan volgen. Tot slot noemen sommigen de rust die de coronaperiode voor hen heeft betekend, die zij als positief hebben ervaren. Anderen noemen het (christelijk) geloof dat hen heeft gesterkt.

Enkele voorbeelden van cliënten (met citaten):

- *“Voor mij was peer support belangrijk. En mijn wandelafspraken met de persoonlijk begeleider.”*
- *“Een planning maken en dagdoelen opstellen. Elke dag iets doen waar ik blij van werd.”*
- *“Belangrijkste was voor me om te blijven delen, eerlijk te zijn over hoe het gaat, wat heel moeilijk is en met ups en downs is gegaan. Maar echt delen en om hulp vragen zijn het belangrijkste geweest. Ook richting hulpverlening, eerlijk zijn, emoties laten zien, hulp toelaten.”*
- *“Relativeren, praten met mijn vriendin, me goed informeren, afstand nemen (lezen, fietsen), en vooral de natuur, zowel in als buiten onze tuin.”*
- *“Alles wat ik de afgelopen jaren heb geleerd ingezet om in evenwicht te blijven. Ook heeft m'n partner me gesteund en geholpen bij al m'n onzekerheden en angsten.”*
- *“App-contact onderhouden met vrienden en familie, veel wandelen. Veel fietsen. meer yoga doen. meer mediteren. wat achterstallig huishoudelijk werk uitgevoerd.”*

### Voor familieleden en naasten waren sociale contacten het meest belangrijk

Ook aan familieleden en naasten is gevraagd hoe het hen is gelukt deze periode zo goed mogelijk door te komen of in balans te blijven.

Tabel 2 Wat heeft familieleden en naasten geholpen om zich staande te houden in deze periode?

Wat heeft familieleden en naasten geholpen?	%
Contact met vrienden/sociaal netwerk	23%
Contact met familie/naasten	15%
Hulp aan verwant	12%
Contact met zorgverleners van verwant	12%
Wandelen/fietsen/bewegen/sport (in de natuur)	8%
Hobby's/creatieve bezigheden	7%
Dag-invulling/structuur/ritme houden	7%
Vrijwilligerswerk of baan	4%
Doorgaan zoals gebruikelijk	3%
Informatie negeren of buitensluiten	2%
Lotgenotencontact	1%
Overig	4%
<b>Totaal</b>	<b>100%</b>

De antwoorden:

- Ook voor familieleden en naasten komen de sociale contacten met vrienden en mensen uit hun netwerk op de eerste plaats: die hebben het meest bijgedragen om deze periode door te komen. Veel mensen hebben steun ervaren van vrienden, vriendinnen en andere bekenden. Familieleden en naasten noemen die contacten vaker dan cliënten.

- Op de tweede plaats staat de steun van familieleden. Zij hebben elkaar gesteund en steun ervaren.
- Daarnaast hebben familieleden en naasten veel tijd doorgebracht met hun verwant (de cliënt) en hem of haar geholpen. Die bezigheden hebben soms ook een aantal familieleden en naasten staande gehouden.
- Opvallend veel familieleden en naasten noemen ook het contact met de zorginstelling/hulpverleners van hun verwant (de cliënt). Dit houdt de naasten bezig en het kost hen feitelijk tijd, soms dagelijks.
- Bezigheden zoals wandelen en hobby's komen op een latere plaats dan bij de cliënten. Kennelijk neemt de zorg voor de verwant tijd in beslag die ze minder overhouden voor zichzelf.
- Medicatie speelt bij familieleden en naasten zelf geen rol en zelfhulptools worden niet genoemd.

Enkele voorbeelden van familieleden en naasten (met citaten):

- *“Ik ging wandelen, sporten thuis en appen met twee vaste ‘lotgenoten’. Verder heb ik mijn partner gesteund m.b.t. de structuur en haar routine en ritme.”*
- *“We hebben het met elkaar gedaan in de familie.”*
- *“Alle bordjes in de lucht houden op de automatische piloot... geen balans of evenwicht.”*
- *“Creatief schilderen, haken, vlechten en kleien. Daarmee ook een nieuwe vrijwilligersbaan gevonden.”*
- *“Goed voor mezelf zorgen en blijven aangeven aan de hulpverlening dat mijn zoon urgente hulp nodig heeft.”*
- *“Veel me-time invullen en wel met vrienden afspreken, maar dan in de buitenlucht.”*



## Bijlage 1. Aantal deelnemers per provincie in de peilingen

---

*Tabel 3 Procentueel verschil tussen het aantal deelnemers (cliënten en familie/naasten) in de peilingen en het aantal inwoners per provincie per 01-01-2020*

---

<b>Provincie</b>	<b>1e peiling</b>	<b>2e peiling</b>	<b>3e peiling</b>	<b>4e peiling</b>
Groningen	-0,2%	-0,3%	0,2%	-0,1%
Drenthe	1,4%	1,3%	-0,2%	0,4%
Flevoland	0,7%	-0,2%	4,9%	0,2%
Friesland	1,3%	0,4%	-0,8%	0,6%
Gelderland	-0,1%	1,5%	8,3%	1,1%
Limburg	-0,2%	-0,2%	-2,0%	0,5%
Noord-Brabant	-1,5%	-0,8%	-7,4%	-0,6%
Noord-Holland	-1,3%	-0,9%	-3,6%	1,1%
Overijssel	-0,3%	-0,1%	2,1%	0,0%
Utrecht	1,6%	2,5%	3,9%	2,0%
Zeeland	0,6%	0,0%	1,6%	0,1%
Zuid-Holland	-2,0%	-3,5%	-6,9%	-5,3%

## Bijlage 2. Afkortingen

AA	Anonieme Alcoholisten
ADHD	Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder (aandachtstekortstoornis)
ASS	Autismespectrumstoornis
AOW	Algemene Ouderdomswet
(F)ACT	(Flexible) Assertive Community Treatment
HEE	Herstel, Empowerment en Ervaringsdeskundigheid
NA	Anonieme Verslaafden
OCD	Obsessieve Compulsieve Dwangstoornis
POH GGZ	Praktijkondersteuner huisartsenzorg GGZ
RIBW	Regionale Instelling voor beschermend en Begeleid Wonen
RIVM	Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu
SPV	sociaal-psychiatrisch verpleegkundige
Tozo	Tijdelijke overbruggingsregeling zelfstandig ondernemers
NOW	Tijdelijke Noodmaatregel Overbrugging Werkgelegenheid
UWV	Uitvoeringsinstituut Werknemersverzekeringen
VWS	Volksgezondheid, Welzijn en Sport
WAO	Wet op de Arbeidsongeschiktheidsverzekering
WIA	Wet werk en Inkomen naar Arbeidsvermogen
Wmo	Wet maatschappelijke ondersteuning
WRAP	Wellness Recovery Action Plan
WW	Werkloosheidswet
Wwb	Wet werk en bijstand

## Bijlage 3. Vierde vragenlijst 'Wat betekent corona voor u?'

### Versoepeling van de coronamaatregelen



De uitbraak van het coronavirus in februari en de daaropvolgende maatregelen hebben gevolgen in het leven van veel Nederlanders. Vanaf maart zette MIND vragenlijsten uit onder ons GGZ panel en onze achterban om te horen welke gevolgen er zijn voor uw dagelijks leven, uw psychische klachten en voor de zorg die u kreeg.

Inmiddels zijn enkele maatregelen versoepeld en zijn openbare instellingen deels weer geopend voor publiek. Ook de zorg kan worden hervat; daarvoor is er o.a. de 'Richtlijn GGZ en Corona' en de 'Handreiking voor heropenen van zelfregiecentra en andere algemene voorzieningen'.

MIND wil graag van u weten wat u merkt van de nieuwe ontwikkelingen en versoepelingen.

Wij hopen van harte dat u de vragenlijst wilt invullen. Dat kan, ook als u niet eerder heeft meegedaan. We kunnen hierdoor een goed beeld krijgen van eventuele veranderingen en van uw wensen. Ook familie en naasten kunnen meedoen met vragen over hun eigen situatie en wensen.

MIND brengt eind juni deze uitkomsten (geanonimiseerd) onder de aandacht van professionals en beleidsmakers in de zorg en het brede publiek. Met de uitkomsten wil MIND helpen de zorg te verbeteren en aan te passen op uw behoefte.

Nadat we de resultaten verwerkt hebben, worden de door u ingevulde gegevens vernietigd.

#### ALGEMEEN

1. Voor wie vult u de vragenlijst in?

- Voor mezelf
- Voor mijn partner<sup>1</sup>
- Voor een familielid jonger dan 21 jaar, nl. voor mijn ...(licht toe)...<sup>2</sup>
- Voor een ander familielid, nl. voor mijn ...(licht toe) ...<sup>3</sup>
- Voor iemand anders (bijv. vriend/vriendin, buurvrouw, etc.) nl. voor mijn ...(licht toe)...<sup>4</sup>

#### GEVOLGEN VAN VERSOEPELING VAN DE CORONAMAATREGELEN

2. Hoe ervaart u de versoepeling van de maatregelen voor uw dagelijkse activiteiten op dit moment?<sup>5</sup>

- Heel positief op het gebied van ... (licht toe) ...
- Positief op het gebied van ... (licht toe) ...
- Neutraal/geen mening
- Negatief op het gebied van ... (licht toe) ...
- Heel negatief op het gebied van ... (licht toe) ...

---

<sup>1</sup> De invuller gaat door naar vraag 18.

<sup>2</sup> De invuller gaat door naar vraag 15.

<sup>3</sup> De invuller gaat door naar vraag 18.

<sup>4</sup> Idem

<sup>5</sup> De antwoordmogelijkheden in de waarderingsvragen worden in willekeurige volgorde getoond.

3. Hoe ervaart u de versoepeling van de maatregelen voor uw sociale contacten op dit moment?

- Heel positief op het gebied van ... (licht toe) ...
- Positief op het gebied van ... (licht toe) ...
- Neutraal/geen mening
- Negatief op het gebied van ... (licht toe) ...
- Heel negatief op het gebied van ... (licht toe) ...

4. Heeft de versoepeling van de maatregelen gevolgen voor uw psychisch welbevinden op dit moment?

- Heel positief op het gebied van ... (licht toe) ...
- Positief op het gebied van ... (licht toe) ...
- Neutraal/geen mening
- Negatief op het gebied van ... (licht toe) ...
- Heel negatief op het gebied van ... (licht toe) ...

### **(VRIJWILLIGERS)WERK EN INKOMEN**

Nederland kent een aantal inkomensondersteunende regelingen, bijvoorbeeld: bijzondere bijstand of individuele inkomens toeslag, kwijtschelding van gemeentelijke belastingen, collectieve ziektekostenverzekering, bijdrage schoolkosten van uw kind(eren), korting op de maaltijdvoorziening of een kortingspas om te sporten.

Speciaal tijdens de coronacrisis zijn er extra regelingen zoals Tozo (Tijdelijke Overbruggingsregeling Zelfstandige Ondernemers) en NOW (Tijdelijke Noodmaatregel Overbrugging voor behoud van Werkgelegenheid).

5. Hebben het coronavirus en de maatregelen gevolgen voor uw vrijwilligerswerk of uw betaalde baan gehad? Meerdere antwoorden mogelijk

- Nee, mijn vrijwilligerswerk is hetzelfde gebleven als voor de coronacrisis.
- Nee, mijn betaalde baan is hetzelfde gebleven als voor de coronacrisis.
- Ja, mijn vrijwilligerswerk is helemaal gestopt.
- Ja, ik ben mijn betaalde baan kwijt.
- Ja, ik doe mijn vrijwilligerswerk voor minder uren.
- Ja, ik doe mijn betaalde werk voor minder uren.
- Ik had vóór de coronacrisis geen vrijwilligerswerk.
- Ik had vóór de coronacrisis geen betaalde baan.

6. Het kan zijn dat u door de coronacrisis te maken hebt met verlies van inkomsten (salaris of omzet). Heeft u gebruik gemaakt van een van de corona-gerelateerde overheidsregelingen voor tegemoetkoming inkomsten en salarissen?

- Nee, mijn inkomen (salaris of omzet) hetzelfde gebleven als voor de coronacrisis
- Ja, ik heb gebruik gemaakt van de regeling voor ... (licht toe) ...
- Nee, ik maakte vóór de coronacrisis al gebruik van andere inkomensondersteunende regelingen, nl. ... (licht toe) ...
- Ik wil geen gebruik maken van inkomensondersteunende maatregelen, ook al zou ik minder inkomen hebben, want ... (licht toe) ...
- Ik wil geen antwoord geven op deze vraag.

## ZORG, ONDERSTEUNING EN INFORMELE HULP

Face-to-face zorg en bijeenkomsten met minder dan 30 personen worden weer opgestart. Zodat de zorg weer kan worden aangeboden zoals vóór de coronacrisis. Ook dagactiviteitencentra en inloop- en zelfregiecentra worden gefaseerd heropend.

7. Kreeg u in het afgelopen jaar professionele zorg of ondersteuning voor uw psychische klachten?

Meerdere antwoorden mogelijk/ U kunt uw antwoorden toelichten.

- Ik kreeg professionele zorg en/of ondersteuning van ...(licht toe)...
- Ik kreeg geen professionele zorg en/of ondersteuning.
- Ik bezocht een inloophuis, dagactiviteiten- of zelfregiecentrum, nl. ...(licht toe)...
- Ik hield zelf contact met lotgenoten, ervaringsdeskundigen, via ...(licht toe)...

8. Is uw behandeling sinds de coronamaatregelen hervat door de ggz-instelling/zorgverlener?

Kies de optie die het meeste bij uw situatie past. Als u bijv. vóór de coronacrisis geen zorg van de huisarts kreeg, kiest u n.v.t. Als de zorg vóór en na de coronacrisis hetzelfde is gebleven, kiest u ook 'n.v.t.'.

	Ik heb (weer) face-to-face contact	De zorg gaat via tel., mail of digitaal	De zorg is helemaal gestopt	Een face-to-face bijeenkomst is gepland	Ik kan naar de instelling maar durf niet	N.v.t.
De huisarts	<input type="radio"/> Ik heb (weer) face-to-face contact	<input type="radio"/> De zorg gaat via tel., mail of digitaal	<input type="radio"/> De zorg is helemaal gestopt	<input type="radio"/> Een face-to-face bijeenkomst is gepland	<input type="radio"/> Ik kan naar de instelling maar durf niet	<input type="radio"/> N.v.t.
De POH GGZ (praktijkondersteuner GGZ)	<input type="radio"/> Ik heb (weer) face-to-face contact	<input type="radio"/> De zorg gaat via tel., mail of digitaal	<input type="radio"/> De zorg is helemaal gestopt	<input type="radio"/> Een face-to-face bijeenkomst is gepland	<input type="radio"/> Ik kan naar de instelling maar durf niet	<input type="radio"/> N.v.t.
De ggz-behandelaar (psychiater, psycholoog, therapeut)	<input type="radio"/> Ik heb (weer) face-to-face contact	<input type="radio"/> De zorg gaat via tel., mail of digitaal	<input type="radio"/> De zorg is helemaal gestopt	<input type="radio"/> Een face-to-face bijeenkomst is gepland	<input type="radio"/> Ik kan naar de instelling maar durf niet	<input type="radio"/> N.v.t.
(F)ACT-team	<input type="radio"/> Ik heb (weer) face-to-face contact	<input type="radio"/> De zorg gaat via tel., mail of digitaal	<input type="radio"/> De zorg is helemaal gestopt	<input type="radio"/> Een face-to-face bijeenkomst is gepland	<input type="radio"/> Ik kan naar de instelling maar durf niet	<input type="radio"/> N.v.t.
Ind. begeleiding (WMO)	<input type="radio"/> Ik heb (weer) face-to-face contact	<input type="radio"/> De zorg gaat via tel., mail of digitaal	<input type="radio"/> De zorg is helemaal gestopt	<input type="radio"/> Een face-to-face bijeenkomst is gepland	<input type="radio"/> Ik kan naar de instelling maar durf niet	<input type="radio"/> N.v.t.
Dagactiviteitencentrum	<input type="radio"/> Ik heb (weer) face-to-face contact	<input type="radio"/> De zorg gaat via tel., mail of digitaal	<input type="radio"/> De zorg is helemaal gestopt	<input type="radio"/> Een face-to-face bijeenkomst is gepland	<input type="radio"/> Ik kan naar de instelling maar durf niet	<input type="radio"/> N.v.t.
Inloop-, herstel- of zelfregiecentrum	<input type="radio"/> Ik heb (weer) face-to-face contact	<input type="radio"/> De zorg gaat via tel., mail of digitaal	<input type="radio"/> De zorg is helemaal gestopt	<input type="radio"/> Een face-to-face bijeenkomst is gepland	<input type="radio"/> Ik kan naar de instelling maar durf niet	<input type="radio"/> N.v.t.

	Ik heb (weer) face-to-face contact	De zorg gaat via tel., mail of digitaal	De zorg is helemaal gestopt	Een face-to-face bijeenkomst is gepland	Ik kan naar de instelling maar N.v.t. durf niet
E-mental-health traject	<input type="radio"/> Ik heb (weer) face-to-face contact	<input type="radio"/> De zorg gaat via tel., mail of digitaal	<input type="radio"/> De zorg is helemaal gestopt	<input type="radio"/> Een face-to-face bijeenkomst is gepland	<input type="radio"/> Ik kan naar de instelling maar N.v.t. durf niet

9. Heeft u te maken met verandering in de wachttijd voor behandeling in de (gespecialiseerde) psychische zorg sinds de coronacrisis?

Als u in de eerste maanden van dit jaar verwezen bent naar (gespecialiseerde) ggz dan kan het zijn dat u wacht op een oproep daarvoor. Wat is het meest op uw situatie van toepassing?

- Ja, ik moet langer wachten want ik heb de zorg zelf uitgesteld.
- Ik wacht al op een oproep van een hulpverlener/zorginstelling voor ggz-zorg sinds ... (licht toe vanaf welke maand) ...
- Ik weet wanneer ik kan komen, nl. ... (licht toe wanneer, als dit bekend is) ...
- Nee, de wachttijd is hetzelfde als vóór de coronaperiode.
- N.v.t. (want ik ben niet doorverwezen voor gespecialiseerde psychische zorg).
- De huisarts maakt nieuwe afspraken met de (gespecialiseerde) ggz over door- en terug-verwijzing, maar de uitkomst is nog niet bekend.
- Ik weet het niet.

10. Heeft u (weer) meer face-to-face contact met mensen in uw sociaal netwerk sinds de versoepeling van de coronamaatregelen?

	Ja, we zien elkaar weer face-to-face	Ik heb tel. of digitaal contact	Het contact is helemaal vervallen	Ik durf geen face-to-face contact te hebben	We hielden al contact op 1,5 m. N.v.t.
Familieleden	<input type="radio"/> Ja, we zien elkaar weer face-to-face	<input type="radio"/> Ik heb tel. of digitaal contact	<input type="radio"/> Het contact is helemaal vervallen	<input type="radio"/> Ik durf geen face-to-face contact te hebben	<input type="radio"/> We hielden al contact op 1,5 m. N.v.t.
Vrienden	<input type="radio"/> Ja, we zien elkaar weer face-to-face	<input type="radio"/> Ik heb tel. of digitaal contact	<input type="radio"/> Het contact is helemaal vervallen	<input type="radio"/> Ik durf geen face-to-face contact te hebben	<input type="radio"/> We hielden al contact op 1,5 m. N.v.t.
Bekenden	<input type="radio"/> Ja, we zien elkaar weer face-to-face	<input type="radio"/> Ik heb tel. of digitaal contact	<input type="radio"/> Het contact is helemaal vervallen	<input type="radio"/> Ik durf geen face-to-face contact te hebben	<input type="radio"/> We hielden al contact op 1,5 m. N.v.t.
Buren	<input type="radio"/> Ja, we zien elkaar weer face-to-face	<input type="radio"/> Ik heb tel. of digitaal contact	<input type="radio"/> Het contact is helemaal vervallen	<input type="radio"/> Ik durf geen face-to-face contact te hebben	<input type="radio"/> We hielden al contact op 1,5 m. N.v.t.
Lotgenoten	<input type="radio"/> Ja, we zien elkaar weer face-to-face	<input type="radio"/> Ik heb tel. of digitaal contact	<input type="radio"/> Het contact is helemaal vervallen	<input type="radio"/> Ik durf geen face-to-face contact te hebben	<input type="radio"/> We hielden al contact op 1,5 m. N.v.t.
Maatjes/peers	<input type="radio"/> Ja, we zien elkaar weer face-to-face	<input type="radio"/> Ik heb tel. of digitaal contact	<input type="radio"/> Het contact is helemaal vervallen	<input type="radio"/> Ik durf geen face-to-face contact te hebben	<input type="radio"/> We hielden al contact op 1,5 m. N.v.t.
Anderen, nl. ... (licht toe) ...	<input type="radio"/> Ja, we zien elkaar weer face-to-face	<input type="radio"/> Ik heb tel. of digitaal contact	<input type="radio"/> Het contact is helemaal vervallen	<input type="radio"/> Ik durf geen face-to-face contact te hebben	<input type="radio"/> We hielden al contact op 1,5 m. N.v.t.

11. De face-to-face zorg wordt weer zoveel mogelijk opgestart. Hoe heeft de zorginstelling/ hulpverlener daarover met u gecommuniceerd?

Meerdere antwoorden mogelijk

Als u deze vraag wilt beantwoorden voor meerdere zorgverleners, kies dan de optie 'Anders' en geef een toelichting.

- De zorgverlener/instelling heeft mij meegedeeld dat de zorg weer face-to-face wordt hervat; ik had daar geen inspraak in.
- De zorgverlener/instelling heeft aangegeven dat de face-to-face zorg binnenkort kan worden hervat en wil een datum afspreken dat dit kan ingaan.
- De zorgverlener/instelling heeft de afspraak die gepland stond, afgezegd en geen verdere informatie gegeven.
- De zorgverlener/instelling heeft tot op heden nog niets laten horen over eventuele hervatting van face-to-face zorg of bijeenkomsten.
- Ik had nog steeds face-to-face zorg of bijeenkomsten; dit is hetzelfde gebleven, er is niets veranderd.
- Anders, er zijn meerdere zorginstellingen en hulpverleners, ...(licht de communicatie toe)...

### HOE HEEFT U DE AFGELOPEN PERIODE ERVAREN EN HOE KIJKT U NAAR DE TOEKOMST

12. Wilt u bij de volgende stellingen over de afgelopen coronaperiode aangeven wat het meest voor u van toepassing was?

Kies het antwoord dat het meeste past bij hoe u dit heeft ervaren. Als het onderwerp niet voor u van toepassing is, kunt u de regel overslaan.

	Zeer mee eens	Mee eens	Neutraal/geen mening	Mee oneens	Zeer mee oneens
In de eerste weken was ik ontregeld, maar ik ben weer 'in mijn gewone doen'.	<input type="radio"/> Zeer mee eens	<input type="radio"/> Mee eens	<input type="radio"/> Neutraal/geen mening	<input type="radio"/> Mee oneens	<input type="radio"/> Zeer mee oneens
Ik ben nauwelijks beïnvloed door corona en de maatregelen.	<input type="radio"/> Zeer mee eens	<input type="radio"/> Mee eens	<input type="radio"/> Neutraal/geen mening	<input type="radio"/> Mee oneens	<input type="radio"/> Zeer mee oneens
Het gaat sinds de corona-uitbraak psychisch slechter met mij en het is nog steeds niet goed.	<input type="radio"/> Zeer mee eens	<input type="radio"/> Mee eens	<input type="radio"/> Neutraal/geen mening	<input type="radio"/> Mee oneens	<input type="radio"/> Zeer mee oneens
Het gaat sinds de uitbraak lichamelijk slechter met mij en het is nog steeds niet goed.	<input type="radio"/> Zeer mee eens	<input type="radio"/> Mee eens	<input type="radio"/> Neutraal/geen mening	<input type="radio"/> Mee oneens	<input type="radio"/> Zeer mee oneens
Ik heb nieuwe manieren ontdekt om met lastige situaties om te gaan.	<input type="radio"/> Zeer mee eens	<input type="radio"/> Mee eens	<input type="radio"/> Neutraal/geen mening	<input type="radio"/> Mee oneens	<input type="radio"/> Zeer mee oneens

13. Welke psychische zorg, behandeling of ondersteuning is voor u in de komende periode (2020) het meest belangrijk en verwacht u dit te krijgen?

Meerdere antwoorden mogelijk/ U kunt uw antwoord toelichten met voorbeelden.

- De zorg of ondersteuning die ik het meest belangrijk vindt, is ... (licht toe) ...
- Ik verwacht de komende periode geen zorg of ondersteuning nodig te hebben, want ... (licht toe) ...
- Ja, ik verwacht dit te krijgen op de manier die bij mij past, omdat ... (licht toe) ...
- Nee, ik verwacht dit niet te krijgen op de manier die bij mij past, omdat ... (licht toe)...

Ik weet het niet

14. Wilt u bij de volgende stellingen over de toekomst wat het meest voor u van toepassing is als u naar de toekomst kijkt?

Kies het antwoord dat het meeste past bij hoe u dit voelt. Als het onderwerp niet voor u van toepassing is, kunt u de regel overslaan. Of kies de optie: 'neutraal/geen mening'.

	Zeer mee eens	Mee eens	Neutraal/geen mening	Mee oneens	Zeer mee oneens
Ik kan mijn tijd in het komende jaar zinvol besteden.	<input type="radio"/> Zeer mee eens	<input type="radio"/> Mee eens	<input type="radio"/> Neutraal/geen mening	<input type="radio"/> Mee oneens	<input type="radio"/> Zeer mee oneens
Ik verwacht dat ik het komende jaar voldoende inkomen heb om mij financieel te redden.	<input type="radio"/> Zeer mee eens	<input type="radio"/> Mee eens	<input type="radio"/> Neutraal/geen mening	<input type="radio"/> Mee oneens	<input type="radio"/> Zeer mee oneens
Ik verwacht mijn betaalde baan het komende jaar te behouden.	<input type="radio"/> Zeer mee eens	<input type="radio"/> Mee eens	<input type="radio"/> Neutraal/geen mening	<input type="radio"/> Mee oneens	<input type="radio"/> Zeer mee oneens
Ik verwacht mijn vrijwilligerswerk het komende jaar te behouden.	<input type="radio"/> Zeer mee eens	<input type="radio"/> Mee eens	<input type="radio"/> Neutraal/geen mening	<input type="radio"/> Mee oneens	<input type="radio"/> Zeer mee oneens
Ik ben bang dat ik de komende tijd nauwelijks hulp uit mijn sociale netwerk zal krijgen.	<input type="radio"/> Zeer mee eens	<input type="radio"/> Mee eens	<input type="radio"/> Neutraal/geen mening	<input type="radio"/> Mee oneens	<input type="radio"/> Zeer mee oneens
Ik verwacht dat ik mij de komende periode psychisch kan redden.	<input type="radio"/> Zeer mee eens	<input type="radio"/> Mee eens	<input type="radio"/> Neutraal/geen mening	<input type="radio"/> Mee oneens	<input type="radio"/> Zeer mee oneens

## FAMILIE EN NAASTEN

### ZORG EN ONDERSTEUNING (ALLEEN VOOR MINDERJARIGE NAASTEN)

Face-to-face zorg en bijeenkomsten met minder dan 30 personen worden weer opgestart. Zodat de zorg weer kan worden aangeboden zoals vóór de coronacrisis. Ook dagcentra en scholen worden gefaseerd heropend.

15. Kreeg uw verwant/naaste professionele zorg en/of ondersteuning voor psychische klachten in het afgelopen jaar?

Deze vraag gaat over de zorg voor uw NAASTE of VERWANT.

- Ja, hij/zij kreeg professionele zorg en/of ondersteuning, voor ...(licht toe) ...
- Ja, hij/zij bezocht speciaal onderwijs, voor ...(licht toe) ...
- Nee, hij/zij kreeg geen professionele zorg en/of ondersteuning.

16. Merkt u dat face-to-face contact met hulpverleners en in instellingen weer mogelijk zijn voor uw verwant? Deze vraag gaat over uw VERWANT/NAASTE. Kies de optie die het meest op uw verwant van toepassing is. Als uw verwant voor de coronacrisis geen zorg van bijv. de huisarts kreeg, kies dan de optie 'n.v.t.'.

	Zij zien elkaar weer face-to-face	Zij hebben contact via tel., mail of digitaal	Het contact is helemaal vervallen	Ik durf geen face-to-face contact te hebben	Ze hielden al contact op 1,5 m.	N.v.t.
De huisarts	<input type="radio"/> Zij zien elkaar weer face-to-face	<input type="radio"/> Zij hebben contact via tel., mail of digitaal	<input type="radio"/> Het contact is	<input type="radio"/> Ik durf geen face-to-face	<input type="radio"/> Ze hielden al	<input type="radio"/> N.v.t.



	Zij zien elkaar weer face-to-face	Zij hebben contact via tel., mail of digitaal	Het contact is helemaal vervallen	Ik durf geen face-to-face contact te hebben	Ze hielden al contact op 1,5 m.	N.v.t.
De POH GGZ (praktijkondersteuner)	<input type="radio"/> Zij zien elkaar weer face-to-face	<input type="radio"/> Zij hebben contact via tel., mail of digitaal	<input type="radio"/> Het contact is helemaal vervallen	<input type="radio"/> Ik durf geen face-to-face contact te hebben	<input type="radio"/> Ze hielden al contact op 1,5 m.	<input type="radio"/> N.v.t.
De ggz-behandelaar (psychiater, psycholoog, therapeut)	<input type="radio"/> Zij zien elkaar weer face-to-face	<input type="radio"/> Zij hebben contact via tel., mail of digitaal	<input type="radio"/> Het contact is helemaal vervallen	<input type="radio"/> Ik durf geen face-to-face contact te hebben	<input type="radio"/> Ze hielden al contact op 1,5 m.	<input type="radio"/> N.v.t.
(F)ACT-team	<input type="radio"/> Zij zien elkaar weer face-to-face	<input type="radio"/> Zij hebben contact via tel., mail of digitaal	<input type="radio"/> Het contact is helemaal vervallen	<input type="radio"/> Ik durf geen face-to-face contact te hebben	<input type="radio"/> Ze hielden al contact op 1,5 m.	<input type="radio"/> N.v.t.
Individueel begeleider (Wmo)	<input type="radio"/> Zij zien elkaar weer face-to-face	<input type="radio"/> Zij hebben contact via tel., mail of digitaal	<input type="radio"/> Het contact is helemaal vervallen	<input type="radio"/> Ik durf geen face-to-face contact te hebben	<input type="radio"/> Ze hielden al contact op 1,5 m.	<input type="radio"/> N.v.t.
Dagcentrum	<input type="radio"/> Zij zien elkaar weer face-to-face	<input type="radio"/> Zij hebben contact via tel., mail of digitaal	<input type="radio"/> Het contact is helemaal vervallen	<input type="radio"/> Ik durf geen face-to-face contact te hebben	<input type="radio"/> Ze hielden al contact op 1,5 m.	<input type="radio"/> N.v.t.
School voor speciaal onderwijs	<input type="radio"/> Zij zien elkaar weer face-to-face	<input type="radio"/> Zij hebben contact via tel., mail of digitaal	<input type="radio"/> Het contact is helemaal vervallen	<input type="radio"/> Ik durf geen face-to-face contact te hebben	<input type="radio"/> Ze hielden al contact op 1,5 m.	<input type="radio"/> N.v.t.
E-mental-health	<input type="radio"/> Zij zien elkaar weer face-to-face	<input type="radio"/> Zij hebben contact via tel., mail of digitaal	<input type="radio"/> Het contact is helemaal vervallen	<input type="radio"/> Ik durf geen face-to-face contact te hebben	<input type="radio"/> Ze hielden al contact op 1,5 m.	<input type="radio"/> N.v.t.
Alle zorg is hetzelfde gebleven, er is niets veranderd	<input type="radio"/> Zij zien elkaar weer face-to-face	<input type="radio"/> Zij hebben contact via tel., mail of digitaal	<input type="radio"/> Het contact is helemaal vervallen	<input type="radio"/> Ik durf geen face-to-face contact te hebben	<input type="radio"/> Ze hielden al contact op 1,5 m.	<input type="radio"/> N.v.t.

17. De face-to-face zorg wordt weer zoveel mogelijk opgestart. Ook dagcentra en scholen worden gefaseerd heropend. Hoe heeft de instelling/hulpverlener daarover met u gecommuniceerd? Meerdere antwoorden mogelijk/ Deze vraag gaat over de zorg voor uw VERWANT of NAASTE.

- De zorgverlener/instelling heeft mij meegedeeld dat de zorg voor mijn naaste/verwant weer face-to-face wordt hervat; ik had daar geen inspraak in.
- De zorgverlener/instelling heeft aangegeven dat de face-to-face zorg voor mijn naaste/verwant binnenkort kan worden hervat en wil een datum afspraken dat dit kan ingaan.
- De zorgverlener/instelling heeft de afspraak die voor mijn naaste/verwant gepland stond, afgezegd en geen verdere informatie gegeven.
- De zorgverlener/instelling heeft tot op heden nog niets laten horen over eventuele hervatting van face-to-face zorg.
- Mijn naaste/verwant had nog steeds face-to-face zorg; dit is hetzelfde gebleven, er is niets veranderd.

- Mijn naaste/verwant is in het eerste kwartaal van 2020 verwezen naar (gespecialiseerde) ggz-zorg en u wacht nog steeds op een oproep.

### GEVOLGEN VAN DE VERSOEPILING VAN DE CORONAMAATREGELEN

18. Hoe ervaart u de versoepeling van de maatregelen voor uw dagelijkse activiteiten op dit moment? Het gaat hier om hoe u dit ZELF ervaart. Kies wat voor u het meest van toepassing is.

- Heel positief op het gebied van ... (licht toe) ...
- Positief op het gebied van ... (licht toe) ...
- Neutraal/geen mening, want ... (licht toe) ...
- Negatief op het gebied van ... (licht toe) ...
- Heel negatief op het gebied van ... (licht toe) ...

19. Hoe ervaart u de versoepeling van de coronamaatregelen voor uw sociale contacten op dit moment? Het gaat hier om u dit ZELF ervaart. Kies wat voor u het meest van toepassing is.

- Heel positief op het gebied van ... (licht toe) ...
- Positief op het gebied van ... (licht toe) ...
- Neutraal/geen mening, want ... (licht toe) ...
- Negatief op het gebied van ... (licht toe) ...
- Heel negatief op het gebied van ... (licht toe) ...

20. Heeft de versoepeling van de coronamaatregelen gevolgen voor uw psychisch welbevinden op dit moment? Het gaat hier om u hoe u dit ZELF ervaart. Kies wat voor u het meest van toepassing is.

- Heel positief op het gebied van ... (licht toe) ...
- Positief op het gebied van ... (licht toe) ...
- Neutraal/geen mening, want ... (licht toe) ...
- Negatief op het gebied van ... (licht toe) ...
- Heel negatief op het gebied van ... (licht toe) ...

21. Welke gevolgen hebben de coronamaatregelen voor de hulp die u aan uw naaste biedt?

- Ik bied meer hulp aan mijn naaste dan vóór de coronacrisis, nl. bij ... (licht toe) ...
- Ik bied evenveel hulp als voor de coronacrisis, dat is niet veranderd, want ... (licht toe) ...
- Ik heb in de eerste periode meer hulp aan mijn naaste gegeven, maar inmiddels is dit weer zoals het was vóór de coronacrisis, omdat ... (licht toe) ...
- Ik bied minder hulp dan voor de coronacrisis, omdat ... (licht toe) ...

### HOE HEEFT U DE AFGELOPEN PERIODE ERVAREN EN HOE KIJKT U NAAR DE TOEKOMST

22. Wilt u bij de volgende stellingen over de afgelopen coronaperiode aangeven wat het meest voor u van toepassing was?

Kies het antwoord dat het meeste past bij hoe u dit heeft ervaren. Als het onderwerp niet voor u van toepassing is, kies dan de optie: 'neutraal/geen mening' of sla de regel over.

- Het ging sinds de uitbraak van het coronavirus psychisch slechter met mij en het is nog steeds niet goed.
- Ik kreeg in deze periode voldoende steun bij praktische zaken van mensen uit mijn omgeving.
- Ik behoor tot een van de (corona)risicogroepen.
- Ik maakte me voortdurend zorgen over het welzijn van mijn naaste in deze periode.
- Ik kreeg in deze periode zelf voldoende emotionele steun uit mijn omgeving.

	Zeer eens	Mee eens	Neutraal/geen mening	Mee oneens	Zeer mee oneens
<input type="radio"/>	Zeer mee eens	<input type="radio"/> Mee eens	<input type="radio"/> Neutraal/geen mening	<input type="radio"/> Mee oneens	<input type="radio"/> Zeer mee oneens
<input type="radio"/>	Zeer mee eens	<input type="radio"/> Mee eens	<input type="radio"/> Neutraal/geen mening	<input type="radio"/> Mee oneens	<input type="radio"/> Zeer mee oneens
<input type="radio"/>	Zeer mee eens	<input type="radio"/> Mee eens	<input type="radio"/> Neutraal/geen mening	<input type="radio"/> Mee oneens	<input type="radio"/> Zeer mee oneens
<input type="radio"/>	Zeer mee eens	<input type="radio"/> Mee eens	<input type="radio"/> Neutraal/geen mening	<input type="radio"/> Mee oneens	<input type="radio"/> Zeer mee oneens

23. Wilt u bij de volgende stellingen over de toekomst aangeven wat het meest voor u van toepassing is als u naar de toekomst kijkt?

Kies het antwoord dat het meeste past bij hoe u dit voelt. Als het onderwerp niet voor u van toepassing is, kiest u de optie 'neutraal/geen mening' of u kunt de regel overslaan.

- Ik verwacht het komende jaar meer tijd aan mijn naaste te besteden dan vóór de coronacrisis.
- Ik ga (meer) steun zoeken bij mensen in dezelfde situatie als ik (bij familieleden, lotgenoten of online)..
- Ik verwacht dat ik het zelf het komende jaar psychisch kan volhouden.
- Ik ben bang dat ik zelf de komende tijd geen zorg of hulp meer krijg.

	Zeer mee eens	Mee eens	Neutraal/geen mening	Mee oneens	Zeer mee oneens
<input type="radio"/>	Zeer mee eens	<input type="radio"/> Mee eens	<input type="radio"/> Neutraal/geen mening	<input type="radio"/> Mee oneens	<input type="radio"/> Zeer mee oneens
<input type="radio"/>	Zeer mee eens	<input type="radio"/> Mee eens	<input type="radio"/> Neutraal/geen mening	<input type="radio"/> Mee oneens	<input type="radio"/> Zeer mee oneens
<input type="radio"/>	Zeer mee eens	<input type="radio"/> Mee eens	<input type="radio"/> Neutraal/geen mening	<input type="radio"/> Mee oneens	<input type="radio"/> Zeer mee oneens
<input type="radio"/>	Zeer mee eens	<input type="radio"/> Mee eens	<input type="radio"/> Neutraal/geen mening	<input type="radio"/> Mee oneens	<input type="radio"/> Zeer mee oneens

24. Welke psychische zorg, behandeling of ondersteuning is voor uw naaste in de komende periode (2020) het meest belangrijk en verwacht u dat hij/zij dit zal krijgen?

Meerdere antwoorden mogelijk/ Deze vraag gaat over de zorg voor uw NAASTE of VERWANT.

- De zorg of ondersteuning die voor mijn naaste het meest belangrijk is: ... (licht toe) ...
- Ik verwacht dat mijn naaste de komende periode geen zorg of ondersteuning nodig te hebben, want ... (licht toe) ...
- Ja, ik verwacht dat mijn naaste dit zal krijgen op de manier die bij hem/haar past, omdat ... (licht toe) ...
- Nee, ik verwacht niet dat mijn naaste dit zal krijgen op de manier die bij hem/haar past, omdat ... (licht toe) ...
- ...
- Ik weet het niet.

25. Als u zelf behoefte hebt aan ondersteuning of hulp, wat zou dan voor u het beste passen? ... (licht toe) ...  
Antwoord:

## TOT SLOT NOG ENKELE ALGEMENE VRAGEN OVER UW PERSOONLIJKE SITUATIE

26. Wat is uw leeftijd? Als u de vragen invult voor iemand anders dan vult u haar/zijn leeftijd in.

- Jonger dan 21 jaar.
- Tussen 21 en 30 jaar.
- Tussen 31 en 50 jaar.
- Tussen 51 en 66 jaar.
- 67 jaar of ouder.

27. Hoe is uw woonsituatie? (Als u de vragen invult voor iemand anders dan vult u haar/zijn woonsituatie in.)

- In een woongroep (niet van een zorginstelling).
- Zonder vaste woon- of verblijfplaats.
- Anders, nl. ... (licht toe)...

28. Hoe is het u gelukt om de afgelopen periode goed door te komen? Zodat u bijvoorbeeld in balans kon blijven of uw evenwicht heeft kunnen bewaren?

Hier kunt u denken aan wat voor u of uw naaste goed heeft gewerkt, bijv. alternatieve zorg of besteding van uw tijd, onderhouden van contacten etc.

Antwoord:

29. Wilt u aangeven in welke provincie u woont?

Dit gebruiken we alleen om te kijken of er provinciale verschillen zijn in de zorg en de oplossingen. Deze gegevens worden na afloop van de enquête vernietigd.

Antwoord:

30. Bent u bereid om uw antwoorden toe te lichten in een telefonisch interview met een van de medewerkers van MIND?

Wanneer u hiervoor wordt benaderd, wordt een datum en tijd in overleg met u afgesproken. U kunt deze toestemming op elk gewenst moment intrekken.

- Ja, ik ben bereikbaar op het volgende telefoonnummer of mailadres om een afspraak te maken
- Nee

## AFSLUITING

Hartelijk bedankt voor het meedoen aan de vragenlijst!

Met uw antwoorden kunnen we werken aan verbetering, daar waar het nodig is.

Als u behoefte heeft om contact te leggen met een hulpverlener van MIND Korrelatie

Bel: 0900 - 1450 (ma t/m vr 09.00 - 22.00 uur), WhatsApp: 06 - 13 86 38 03, mail: [vraag@korrelatie.nl](mailto:vraag@korrelatie.nl) of Chat [www.mindkorrelatie.nl](http://www.mindkorrelatie.nl)

Nadat u klikt op de nop 'Voltoeien' komt u op de website van MIND. Daar kunt u vinden:

- \* MIND Atlas met aangesloten cliënten- en familieorganisaties, zelfregie- en herstelcentra, zelfhulp- en lotgenotenorganisaties, jeugdreders en belangenorganisaties
- \* MIND Steun in coronatijd en initiatieven om samen de psychische gezondheid te verbeteren.
- \* Het Nationale Zorgnummer, voor vragen over zorg, ondersteuning en participatie (0900-2356780 en [www.nationalezorgnummer.nl](http://www.nationalezorgnummer.nl))



MIND Landelijk Platform Psychische Gezondheid  
Stationsplein 125, 3818 LE Amersfoort  
[info@wijzijnmind.nl](mailto:info@wijzijnmind.nl) | [www.mindplatform.nl](http://www.mindplatform.nl)