# ALCOHOLZORGGIDS MIDDEN-HOLLAND

VOOR MENSEN DIE IN AANRAKING KOMEN MET PROBLEMATISCH ALCOHOLGEBRUIK

# COLOFON

De Alcoholzorggids Midden-Holland is een uitgave van het Transmuraal Netwerk Midden-Holland. Het Transmuraal Netwerk Midden-Holland werkt aan inhoudelijke regionale afstemming binnen de zorg in het belang van de patiënt/cliënt.

Deze gids is ontwikkeld in samenwerking met volgende organisaties:

- Brijder
- GGD Hollands Midden
- GGZ Midden-Holland
- Groene Hart Ziekenhuis
- Kwadraad
- Korsakov Kenniscentrum
- ZOG MH/Steun- en Informatie Punt GGZ
- ZorgBrug
- Zorgpartners Midden-Holland

Indien de informatie in deze gids niet (meer) juist of onvolledig is, bijvoorbeeld als er een nieuw zorgaanbod of product is of als uw organisatie onverhoopt ontbreekt, wordt u verzocht deze informatie door te geven aan het Transmuraal Netwerk Midden-Holland voor het actualiseren van deze gids.

De Alcoholzorggids Midden-Holland is te bestellen bij:
Transmuraal Netwerk Midden-Holland
Postbus 1098 - J.49
2800 BB Gouda
Telefoon: (0182) 50 55 34
E-mail: info@transmuraalnetwerk.nl

Het is ook mogelijk om de gids te bestellen via de website:
www.transmuraalnetwerk.nl

**Illustraties**

De schilderijen in deze Alcoholzorggids zijn gemaakt door Dea Epema.
Dea maakt schilderijen in opdracht en verkoopt eigen werk.
Voor meer informatie: deaepema@zonnet.nl.

*Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden vermenigvuldigd en/of openbaar gemaakt worden door middel van druk, fotokopie, microfilm of op welke wijze dan ook, zonder voorafgaande toestemming van de uitgever.*

*Eerste druk 2012*
*Oplage: 2.000 stuks*

TRANSMURAAL NETWERK
MIDDEN-HOLLAND

# INHOUDSOPGAVE

**1. Inleiding** **5**

**2. Wat is problematisch alcoholgebruik?** **7**

**3. Gevolgen van problematisch alcoholgebruik** **11**
*3.1 Lichamelijke gevolgen* *11*
*3.2 Psychische gevolgen* *13*
*3.3 Sociale gevolgen* *15*

**4. Waar vind ik informatie over alcoholgebruik?** **17**
*4.1 Landelijk* *17*
*4.2 Regio Midden-Holland* *18*

**5. Wat kan ik zelf doen aan mijn alcoholprobleem?** **21**

**6. Waar vind ik hulp als familie van iemand met een alcoholprobleem?** **25**
*6.1 Ouders van kinderen met een alcoholprobleem* *25*
*6.2 Kinderen van ouders met een alcoholprobleem* *27*
*6.3 Een familielid of vriend met een alcoholprobleem* *28*

**7. Waar vind ik hulp voor een cliënt met een alcoholprobleem?** **31**
*7.1 Huisarts* *31*
*7.2 Ziekenhuis* *33*
*7.3 Thuiszorgorganisaties* *37*
*7.4 Verpleeghuizen* *38*
*7.5 GGZ Midden-Holland* *41*
*7.6 Algemeen maatschappelijk werk, Kwadraad* *42*
*7.7 Politie* *43*
*7.8 Brijder* *45*
*7.9 Meldpunt Zorg & Overlast* *46*

**8. Wat heeft de regio te bieden aan tijdelijke opvang en/of ondersteuning?** **49**

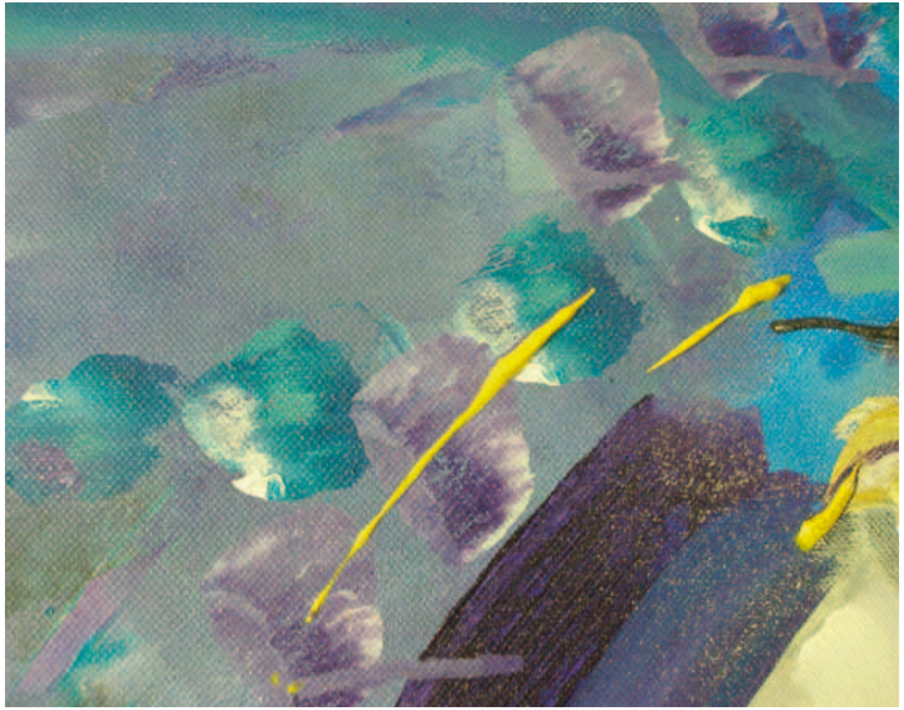
**9. Adressen** **55**

# 1. INLEIDING

Voor u ligt de Alcoholzorggids Midden-Holland, een informatiegids voor mensen die op welke manier dan ook, in aanraking komen met problematisch alcoholgebruik. Dit kan uzelf betreffen, uw familie of iemand anders in uw directe omgeving. De gids is ook te gebruiken wanneer u beroepsmatig met problematisch alcoholgebruik te maken heeft.

De mate van alcoholgebruik en daarbij het verschil tussen sociaal gebruik en overmatig of problematisch gebruik is meestal moeilijk te bepalen. Daarnaast is alcoholproblematiek vrijwel nooit een op zichzelf staand probleem, maar gaat het vaak gepaard met diverse andere problemen op bijvoorbeeld psychisch of psychosociaal gebied.

De route naar de juiste instelling of de juiste professional is daarom voor veel mensen moeilijk te vinden. Deze gids is een wegwijzer. Het geeft een overzicht van beschikbare voorzieningen zowel landelijk als specifiek voor de regio Midden-Holland.





# 2. WAT IS PROBLEMATISCH ALCOHOLGEBRUIK?

De grens tussen aanvaardbaar alcoholgebruik en problematisch alcoholgebruik is vaak lastig. Wat is aanvaardbaar alcoholgebruik? Welke fasen onderscheiden we in het alcoholgebruik? Wanneer spreken we van problematisch alcoholgebruik en waar kunt u uw eigen gebruik testen? Dit hoofdstuk geeft een antwoord op deze vragen.

## AANVAARDBAAR ALCOHOL GEBRUIK

De gezondheidsraad adviseert gezonde volwassen mannen niet meer dan twee glazen alcohol per dag te drinken en gezonde volwassen vrouwen niet meer dan één glas. Deze hoeveelheden noemen we aanvaardbaar gebruik.

## FASEN VAN ALCOHOLGEBRUIK

Het ontwikkelen van problematisch alcoholgebruik en/of alcoholafhankelijkheid wordt gekenmerkt door een viertal fasen.

- **Fase 1: experimenteerfase**

  Meestal begint het, vaak op jonge leeftijd, met experimenteel alcoholgebruik. Experimenteren met alcohol wordt vooral sociaal bepaald.

- **Fase 2: fase van sociaal of geïntegreerd gebruik**

  De gebruiker zoekt de positieve effecten van het middel en weet dit in zijn leven in te passen zonder dat de persoon er last van heeft. De kans op voortgezet en overmatig gebruik wordt vooral door erfelijke factoren bepaald (genetische kwetsbaarheid).

- **Fase 3: fase van overmatig en schadelijk gebruik**

  Het gebruik krijgt een steeds grotere rol in het dagelijks leven. De persoon gebruikt alcohol niet alleen om zich lekker te voelen, maar ook om spanningen en onlust te verdrijven.

- **Fase 4: de verslavingsfase**

  In deze fase wordt vrijwel het hele leven door het gebruik van alcohol beheerst. Er zijn schadelijke gevolgen op lichamelijk, psychisch en sociaal gebied.

## PROBLEMATISCH ALCOHOLGEBRUIK

Als het alcoholgebruik een steeds grotere rol gaat spelen in het dagelijks leven en wordt er gesproken van problematisch alcoholgebruik bedoelen we: een drinkpatroon dat leidt tot lichamelijke klachten, psychische of sociale problemen en verhindert dat bestaande problemen adequaat worden aangepakt.

Daarbij onderscheiden we nog een bijzondere vorm van alcoholgebruik dat voornamelijk voorkomt onder jongeren: binge drinken. Het gaat hierbij om het drinken van zeer veel alcohol in korte tijd (vijf glazen bij één gelegenheid) afgewisseld met dagen zonder alcoholgebruik.

Als iemand binnen een jaar ten minste één van de volgende problemen veroorzaakt spreken we van problematisch gebruik van alcohol.

De persoon...
- komt herhaaldelijk verplichtingen niet na wegens alcoholgebruik. Bijvoorbeeld op het werk: verzuim of slecht werk, afspraken vergeten. Op school: schorsing of verwijdering. Thuis: verwaarlozing gezin;
- gebruikt alcohol in risicovolle situaties. Bijvoorbeeld in het verkeer of tijdens het bedienen van een machine;
- komt herhaaldelijk onder invloed van alcohol in aanraking met politie of justitie. Bijvoorbeeld bij een alcoholcontrole of verstoring van de openbare orde;
- blijft alcohol drinken terwijl dit relationele of sociale problemen veroorzaakt of verergert. Bijvoorbeeld ruzie met partner of betrokken zijn bij vechtpartijen.

## ALCOHOLAFHANKELIJKHEID

Alcoholafhankelijkheid of -verslaving betekent dat iemand absoluut niet meer zonder alcohol kan functioneren. Hij of zij heeft een onbeheersbare drang naar alcohol. Dit is nog een stap erger dan problematisch alcoholgebruik. Het is te herkennen als tenminste drie van de volgende problemen zich binnen één jaar voordoen.

De persoon...
- heeft steeds meer alcohol nodig om het gewenste effect te krijgen of er treedt een verminderd effect op bij dezelfde hoeveelheid alcohol (tolerantie);
- wordt ziek (onder andere beven en trillen) als hij/zij geen alcohol drinkt;
- drinkt meer alcohol dan de wens was of gaat langer door met drinken dan oorspronkelijk gepland. Bijvoorbeeld in plaats van één uur, drie uur in de kroeg en in plaats van één pilsje, vijf pilsjes (controleverlies);
- wil graag minderen of heeft herhaaldelijk geprobeerd het alcoholgebruik in de hand te houden, maar dit lukt niet;
- is veel tijd kwijt om aan alcohol te komen (naar de winkel gaan) of is veel tijd kwijt om te herstellen van de effecten van alcohol (bijvoorbeeld lang in bed blijven door een kater);
- heeft steeds minder sociale contacten en geeft hobby's of beroepsmatige bezigheden op voor de alcohol;
- blijft doordrinken terwijl er een hardnekkig of terugkerend sociaal, psychisch of lichamelijk probleem is dat waarschijnlijk veroorzaakt of verergerd wordt door de alcohol (bijvoorbeeld een maagzweer of relatieproblemen).

## GEESTELIJKE AFHANKELIJKHEID

Indien er een enorme drang of 'zucht' naar alcohol is wordt er gesproken over geestelijke afhankelijkheid. Bij extreme vormen van afhankelijkheid is alcohol het enige dat nog zin geeft.

## LICHAMELIJKE AFHANKELIJKHEID

Het lichaam is gewend geraakt aan alcohol en er treden onthoudingsverschijnselen op zodra gestopt wordt met het gebruik van alcohol. Onder andere: beven, zweten, trillen, misselijkheid, diarree, angst, depressie, slapeloosheid en migraine. Na een week of twee stoppen de onthoudingsverschijnselen.

## TEST UW ALCOHOLGEBRUIK

Alcohol is een maatschappelijk geaccepteerd verschijnsel. Het verschil tussen sociaal gebruik en problematisch gebruik of alcoholafhankelijkheid is dan ook vaak moeilijk te bepalen en wordt vaak niet snel erkend. Wanneer u zich houdt aan de richtlijnen van aanvaardbaar alcoholgebruik hoeft u zich geen zorgen te maken over uw gezondheid. Op internet zijn verschillende testen te doen om te beoordelen of u aan deze standaard voldoet.

**www.drinktest.nl** (volwassenen)
**www.watdrinkjij.nl** (jongeren)

# 3. GEVOLGEN VAN PROBLEMATISCH ALCOHOLGEBRUIK

Te veel en te vaak drinken van alcohol kan gevolgen hebben voor het lichaam, maar ook op psychisch en sociaal gebied.

## 3.1 LICHAMELIJKE GEVOLGEN

Langdurig overmatig alcoholgebruik kan aanleiding geven tot ernstige lichamelijke problemen. Soms vormt alcohol de directe aanleiding, soms werkt het indirect of verergert het andere aandoeningen.

### Kankerverwekkend

Alcohol is kankerverwekkend, ieder glas met alcohol verhoogt de kans op kanker. Longkanker, borstkanker en hart- en vaatziekten zijn in ons land de frequentste oorzaken van overlijden in verband met alcohol. Chronisch alcoholmisbruik is verder een oorzaak van levercirrose en leverkanker, mond- en keelkanker, slokdarmkanker, beroerte, pancreatitis, spataderen in de wand van de slokdarm. Een matige consumptie zorgt al voor een sterke toename van het risico voor borstkanker bij vrouwen.

### Hoge bloeddruk

Drie of meer glazen alcohol per dag werken een te hoge bloeddruk in de hand. Dat komt doordat alcohol de bloedvaten openzet en doordat alcohol tijdelijk de sympathische zenuwactiviteit verhoogt. Het effect is omkeerbaar: als je minder alcohol gaat drinken, zakt de bloeddruk weer.

Bij 5 tot 20% van de mensen met hoge bloeddruk is alcohol de directe oorzaak. Stoppen met drinken of matig alcohol drinken heeft bij mensen met een hoge bloeddruk meestal minstens zoveel effect als andere wijzigingen in levensstijl zoals afvallen en zoutarm eten.

Mensen met een hoge bloeddruk lopen een verhoogd risico vroegtijdig te overlijden door een hartaandoening, zoals hartfalen of hartinfarct, een herseninfarct of bloeding, of door beschadiging van de nieren.

### Leverbeschadiging

Hoe meer alcohol geconsumeerd is, hoe grotere kans op levercirrose, leververvetting en beschadigingen van de alvleesklier, hartspier en centraal zenuwstelsel. Beschadiging van de alvleesklier kan, evenals de leverbeschadiging, jarenlang zonder symptomen blijven.

Langzaam wordt de alvleesklier in zijn functie aangetast. Hierdoor ontstaan er storingen in de voedselvertering en door een tekort aan insuline ontstaat diabetes.

### Maag-darmklachten

Alcoholgebruik veroorzaakt stoornissen aan het maag-darmkanaal en leidt tot aantasting en achteruitgang van het slijmvlies, waardoor er meer kans op ontstekingen ontstaat. In de dunne darm zorgt chronisch alcoholgebruik voor vermindering van de resorptiecapaciteit, doordat de darmvlokken beschadigd worden. Samen met een versnelde darmbeweging en een kortere passagetijd is er kans op diarree. Het gevolg is een slechtere voedingstoestand en vermagering.

### Problemen bij zwangerschap en seksualiteit

Alcoholgebruik heeft gevolgen voor zowel zwanger raken als de zwangerschap zelf. De Gezondheidsraad in Nederland adviseert aan stellen die zwanger willen worden, geen alcohol te drinken. Alcoholgebruik vermindert zowel de vruchtbaarheid van de man als de vrouw. Naast verlaagde concentraties van geslachtshormonen, kunnen bij vrouwen menstruatie- en ovulatiestoornissen optreden. Alcoholgebruik kan ook lever- en nierschade veroorzaken wat een voorloper kan zijn van impotentie.

Daarnaast is alcoholconsumptie van de moeder tijdens de zwangerschap schadelijk voor de foetus. Ook tijdens de borstvoeding kan het kind schade ondervinden door alcoholgebruik van de moeder.

### Hersenbeschadiging bij jongeren

De ontwikkeling van de hersenen gaat door tot aan het 24e levensjaar. Alcohol heeft effect op dit proces van hersenontwikkeling. Door alcoholgebruik kunnen in ieder geval tijdens de groei onjuiste verbindingen tussen zenuwcellen aangelegd worden.

Jongeren tussen de 12 en 15 jaar die regelmatig veel alcohol drinken, hebben in vergelijking met jongeren die dat niet doen, een vier keer zo hoog risico op een alcoholverslaving op volwassen leeftijd. Uit hersenscans blijkt dat overmatig alcoholgebruik onder jongeren hoogstwaarschijnlijk leidt tot verstoring van de hersenontwikkeling.

Jongeren drinken tijdens het uitgaan vaak veel in een korte tijd: binge drinken. Dit is schadelijker voor het lichaam dan dezelfde hoeveelheid alcohol verspreid over meer dagen. De kans op een alcoholvergiftiging neemt hierdoor toe. Het zenuwstelsel raakt bij een vergiftiging verdoofd. Bewusteloosheid treedt op, een coma kan ontstaan en het ademhalingscentrum kan verlamd raken. Bij een volwassen man ontstaat een vergiftiging bij een promillage vanaf gemiddeld vier. Een man van 70 kilo bereikt dit na twintig glazen alcohol in een paar uur, een vrouw van 50 kilo echter al na tien glazen. Bij jonge en onervaren drinkers kan een vergiftiging zich al voordoen bij veel minder glazen alcohol.

Wanneer er veel alcohol in een korte tijd wordt gedronken, kan een black-out ontstaan, bijvoorbeeld bij het binge drinken. Een black-out is een tijdelijke stoornis van de hersenen. Als iemand regelmatig een black-out heeft, kan dit blijvende schade veroorzaken aan de hersenen.

### Invloed op de lichamelijke ontwikkeling

De gevolgen van het drinken van alcohol op jonge leeftijd en de consequenties daarvan op latere leeftijd worden steeds duidelijker. In de puberteit is sprake van versnelde groei van spieren en botten en ontwikkelt zich de seksualiteit. Dit wordt geregeld door hormonen. Alcohol verlaagt deze hormonen en verstoort de balans. Het verlaagt bijvoorbeeld mannelijke hormonen en de hoeveelheid groeihormoon. Van jongens is bekend dat alcoholgebruik daardoor de botontwikkeling remt.

## 3.2 PSYCHISCHE GEVOLGEN

Alcohol kan depressieve gevoelens versterken en heeft een ontremmende werking waardoor situaties uit de hand kunnen lopen. Alcohol heeft ook een verdovende, dempende werking en wordt daarom dikwijls gebruikt als hulpmiddel bij een ‘somsere stemming’ of bij psychische klachten. Alcohol helpt meestal op korte termijn, maar is dikwijls nadelig op lange termijn. Zeker wanneer het systematisch gebruikt wordt om klachten te verhelpen.
Alcohol heeft eveneens een negatieve werking op het geheugen, slaapproblemen kunnen ontstaan en alcoholgebruik kan zelfs leiden tot een alcoholpsychose.

### Depressie

Overmatig alcohol drinken kan ervoor zorgen dat de persoon zich lusteloos en somber voelt. Bovendien leidt overmatig alcohol drinken vaak tot problemen, zoals relatieproblemen, slecht slapen of problemen op school of het werk. Die problemen kunnen ook weer voor somberheid zorgen. Die somberheid kan een depressie worden als doorgegaan wordt met overmatig alcohol drinken.

### Psychose

Psychotisch betekent eigenlijk ‘in de war zijn’; we spreken van een psychose als iemand het contact met de realiteit kwijt raakt. Hij hallucineert, ziet of hoort dingen die anderen niet waarnemen. Daarbij hoort een gevoel van dreiging of angst. Het denken raakt ook verstoord, krijgt vaak een achterdochtige lading: waanideeën over complotten, achtervolgingen, afluisterpraktijken of beïnvloeding van de hersenen.
Voor mensen die last hebben (gehad) van psychotische verschijnselen, is het gebruik van alcohol af te raden. Het effect van alcohol is onvoorspelbaar en kan een psychose uitlokken.

Mensen kunnen ook in de war raken door alcohol. We spreken van een alcoholpsychose als iemand zoveel gedronken heeft dat er psychotische verschijnselen gaan optreden.
Ook is het mogelijk dat iemand volledig in de war raakt, juist nadat hij gestopt is na een periode van overmatig drinken. Hij wordt onrustig, ziet dingen die er niet zijn. Een psychose is een

levensbedreigend ziektebeeld waarbij altijd medische hulp moet worden ingeschakeld!

### Geheugenstoornissen

Overmatig alcohol drinken verhoogt de kans op geheugenstoornissen in het algemeen. Dus zowel het korte- als het langetermijngeheugen.
Niet alleen het geheugen gaat achteruit, ook het denken wordt vertraagd, de ruimtelijke oriëntering vermindert en het aanpassen aan nieuwe situaties is moeilijker. Globaal kan gesteld worden dat de intelligentie vermindert.

De algemene achteruitgang van het geheugen heeft o.a. te maken met een verminderde opname van vitamine B1 door het lichaam. Normaal krijgen mensen voldoende vitamines binnen via de voeding. Het alcoholgebruik zelf vermindert de opname van vitamine B1. Als daarbij de voeding verwaarloosd wordt (zoals bij veel zware drinkers het geval is), dan kan er een ernstig B1 vitaminetekort ontstaan met cognitieve stoornissen tot gevolg.

### Korsakov

Ernstig drankmisbruik kan de hersenen onherstelbaar beschadigen. Een voorbeeld daarvan is het Korsakov-syndroom. Hoe meer en hoe langer men drinkt, des te groter is de kans dat de hersenschade zich ontwikkelt tot uiteindelijk het syndroom van Korsakov. Het Korsakov-syndroom is een gevolg van een tekort aan vitamine B1 in combinatie met langdurig alcoholgebruik. Een tekort aan vitamine B1 ontstaat door een slecht eetpatroon en door een slechte opname van B1 in het lichaam. Overmatig alcoholgebruik leidt dikwijls tot een slecht voedingspatroon en het maakt de opname van vitamine B1 moeilijk doordat de organen zijn aangetast.

*Symptomen*

De symptomen van Korsakov lijken op die van dementie bij ouderen. Echter, er zijn ook verschillen. Na het stellen van de diagnose Korsakov blijven de beperkingen van deze cliënten in principe stabiel terwijl bij dementie sprake is van verdere achteruitgang.
Symptomen van Korsakov:

- Aantasting van het kortetermijngeheugen: moeite met het opnemen en onthouden van nieuwe informatie, moeite met het maken van plannen, plannen uitvoeren en in actie komen. Informatie uit het verleden kan de patiënt echter wel onthouden.
- Desoriëntatie van tijd en plaats: de patiënt weet niet goed waar hij of zij is en welke dag het is.

*Behandeling*

In eerste instantie richt de medische zorg voor een Korsakov patiënt zich op:

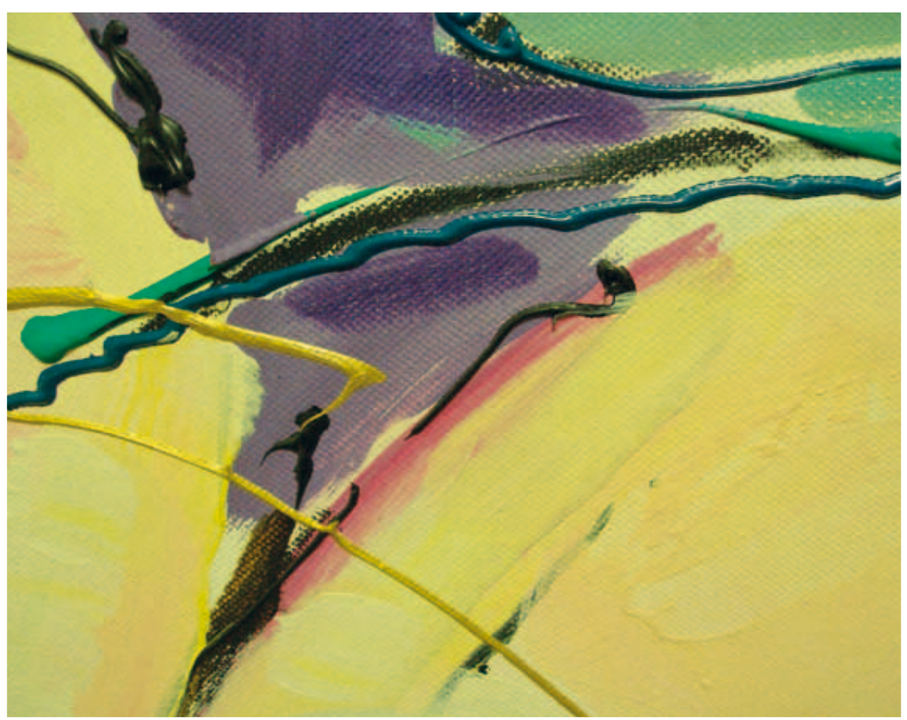
- hulp bij het stoppen met alcoholgebruik;
- gevarieerde voeding;
- behandeling van lichamelijke en psychiatrische klachten.

Als dit verbetering oplevert en de lichamelijke functies weer stabiel zijn, richt de behandeling zich vervolgens op gedragsproblemen en de geheugenstoornissen.
Korsakov patiënten kunnen behandeld en begeleid worden in een Korsakov-kliniek. Hier kan de patiënt via een instelling voor verslavingszorg geplaatst worden.
Als iemand waarbij Korsakov is vastgesteld, stopt met alcohol drinken, is binnen een jaar duidelijk in hoeverre iemand herstelt. Na dit jaar is de toestand stabiel en is er geen verder herstel meer mogelijk.
De grootste groep patiënten vertoont binnen een jaar enige verbetering, maar houdt ernstige geheugen- en planningsproblemen.

## 3.3 SOCIALE GEVOLGEN

Het drinken van (te)veel alcohol kan eveneens leiden tot steeds minder sociale contacten. Een sociaal isolement kan een gevolg zijn, maar het kan ook dat mensen met dezelfde problematiek elkaar juist opzoeken. Alcoholproblemen zorgen vaak voor spanningen en ruzies met de nabije omgeving, waardoor de persoon in een vicieuze cirkel terecht komt.
Door een alcoholverslaving wordt het steeds moeilijker om te functioneren in de maatschappij. Het gevolg is dat mensen die veel drinken veelal met verschillende sociale problemen te maken krijgen: relatieproblemen, problemen op het werk of studie, schulden, contacten met de politie en justitie en conflicten met familie of de buurt. Ook het onder ogen zien van deze factoren maakt het moeilijk om het drinkpatroon te doorbreken.

Alcohol is medeverantwoordelijk voor moord, zelfmoord en verkeersongelukken. De helft van alle criminele feiten gebeurt onder invloed.





# 4. WAAR VIND IK INFORMATIE OVER ALCOHOLGEBRUIK?

Zowel landelijk als regionaal kunt u informatie verkrijgen over alcoholgebruik. Er zijn verschillende internetpagina's en folders die informatie geven over alcoholgebruik en de mogelijke gevolgen hiervan.

## 4.1 LANDELIJK

### De Alcohol Infolijn

De Alcohol Infolijn is de infolijn voor betrouwbare informatie over alcohol en alcoholgebruik. De landelijke infolijn is een initiatief van het Trimbos-instituut. Dit is het landelijk kennisinstituut voor geestelijke gezondheidszorg, verslavingszorg en maatschappelijke zorg. De medewerkers zijn deskundig, luisteren naar uw vraag en geven betrouwbare informatie of advies. Tevens kunnen zij u doorverwijzen voor meer hulp of informatie. De gesprekken zijn vertrouwelijk en anoniem.

Het nummer van de Alcohol Infolijn is 0900 500 20 21 en is bereikbaar van maandag t/m vrijdag van 9.00 - 17.00 uur.

Daarnaast is zeven dagen per week, 24 uur per dag een bandje te beluisteren met onder andere informatie over 'Wat is een alcoholverslaving?', 'Wat doet alcohol met je lever en hersenen?', 'Mijn partner drinkt, wat kan ik doen?' en nog vele andere onderwerpen. Ook zijn via dit telefoonnummer brochures te bestellen.

### www.alcoholinfo.nl

Ook de website www.alcoholinfo.nl is een initiatief van het Trimbos-instituut. Alcoholinfo geeft betrouwbare informatie en antwoord op al uw vragen over alcoholgebruik en alcoholvoorlichting. De site is zowel voor publiek als voor professionals en zowel voor jongeren als volwassenen.

### www.mindyourownlife.nl

Mind your own life is een website over onderwerpen die voor jongeren belangrijk zijn. Drank is hier ook een onderwerp. U kunt hier verhalen en informatie lezen, tests doen en chatten met deskundigen.

### www.alcoholvrijeomgeving.nl

Alcoholvrijeomgeving.nl is een website van STAP. STAP is een landelijk kennisinstituut voor alcoholbeleid. STAP geeft adviezen

en voert onderzoek uit voor gemeenten, provincies en de landelijke overheid. Op deze website promoot STAP bestaande goede praktijkvoorbeelden van alcoholvrije initiatieven voor tieners. Op de website staan allemaal handige tips, informatie en ideeën voor iedereen die zich wil inzetten voor een alcoholvrije omgeving voor jongeren.

### www.hoepakjijdataan.nl

De website hoepakjijdataan.nl is gericht op ouders met kinderen (bijna) in de experimenteerfase. Op deze site vinden ouders handvatten hoe je met je kind in gesprek kunt gaan over roken, drinken of blowen en tips voor de opvoeding op dit gebied.

### www.korsakovkenniscentrum.nl

Het Korsakov Kenniscentrum is een initiatief van de Saffier-De residentiegroep, Het Parkhuis, Zorggroep Rijnmond en Atlant Zorggroep in samenwerking met Hogeschool Inholland. Het kenniscentrum heeft als doel de aanwezige kennis, kunde en vaardigheden op het gebied van het syndroom van Korsakov te ontwikkelen, te verbeteren en uit te dragen. De website geeft informatie over Korsakov voor zowel publiek als hulpverleners en er is een gastenboek voor lotgenoten. Hulpverleners kunnen via deze site het zorgprogramma voor Korsakov bestellen.

### www.hersenstichting.nl

Op deze site van de Hersenstichting is informatie te vinden over het syndroom van Korsakov.

### www.alzheimer-nederland.nl

Ook de website van Alzheimer Nederland biedt informatie over de ziekte van Korsakov.

## 4.2 REGIO MIDDEN-HOLLAND

### Brijder

Brijder Preventie heeft tweewekelijks een spreekuur. U kunt hiervoor een afspraak maken met de preventiewerker zodat u al uw vragen kunt stellen over het gebruik van alcohol (en andere middelen), de gevolgen, hoe te reageren op iemand die bovenmatig gebruikt, wat de mogelijkheden zijn om in behandeling te gaan, enzovoort. Iedereen en alle vragen zijn welkom, of ze nu over uzelf of over iemand anders gaan.
U kunt ook per mail uw vraag stellen, dan krijgt u antwoord per mail. Uw gegevens blijven anoniem, er wordt geen rapportage gemaakt.

### GGD (Gemeenschappelijke Gezondheidsdienst)

GGD Hollands Midden adviseert, ondersteunt, bemiddelt en initieert interventies op het gebied van alcohol preventie. De GGD zorgt voor de regionale invulling van landelijke campagnes.
GGD Hollands Midden verzorgt ook op scholen voorlichtingsavonden voor ouders, waar ouders informatie krijgen over alcohol en hoe zij dit onderwerp kunnen meenemen in de opvoeding van hun kind.



De GGD begeleidt scholen die met het lesprogramma 'De gezonde school en genotmiddelen' aan de slag gaan. Het hele aanbod aan lesmateriaal voor scholen staat op www.gezondopschoolmh.nl.

### Steun- en Informatiepunt (STIP)

Het STIP is het Steun- en Informatie Punt voor de geestelijke gezondheidszorg, inclusief verslavingszorg en maatschappelijk opvang, in Midden Holland. Het STIP is laagdrempelig en biedt advies, informatie en ondersteuning op de terreinen zorg, wonen en welzijn. Iedereen met psychische en verslavingsproblemen en dak- en thuislozen kunnen er terecht. Betrokkenen en hulpverleners kunnen ook gebruik maken van de diensten van het STIP. U kunt bij STIP onder andere terecht voor het vinden van de weg binnen GGZ instellingen, vragen over financiën en uitkeringen, het invullen van formulieren etcetera. STIP heeft ook een speciaal allochtonenspreekuur (Arabisch en Berbers). Het STIP is gratis en een afspraak maken is niet nodig. Bij STIP werken zowel professionals als ervaringsdeskundigen. STIP is onderdeel van de Zorgvragersorganisatie Midden-Holland (ZOG MH).

### Jong-in websites zoals www.jongingouda.nl

De Jongin-websites zijn geschreven voor en door jongeren. Jongeren kunnen op de site zien wat er allemaal te doen is in hun gemeente en ze kunnen met elkaar praten over dingen die ze interessant vinden. Ook alcohol is een van de onderwerpen waar de sites op in gaan. Je kunt lezen wanneer er sprake is van een alcoholprobleem, wat alcohol met je doet en wat je kunt doen wanneer je zelf of iemand in je omgeving verslaafd is. De Jongin-websites bestaan in Midden-Holland op dit moment voor Gouda, Ouderkerk, Waddinxveen, Bergambacht, Nederlek, Vlist, Schoonhoven en Zuidplas.

# 5. WAT KAN IK ZELF DOEN AAN MIJN ALCOHOLPROBLEEM?

Indien u door uw alcoholgebruik in de problemen raakt of u het gevoel heeft niet de controle te hebben over uw alcoholgebruik dan kunt u naar uw huisarts gaan of direct naar Brijder. U heeft ook de mogelijkheid eerst zelf actie te ondernemen zonder direct bij een instantie aan te kloppen. Er bestaan verschillende boeken waarin stoppen met alcohol methodes beschreven staan. Maar ook via internet zijn tal van online hulpprogramma's beschikbaar, met of zonder begeleiding van een persoonlijk behandelaar.

Bij zelfhulp gaat u door middel van oefeningen en opdrachten uw alcoholgebruik aanpakken. Deze hulp is alleen geschikt wanneer u nog geen ernstig alcoholprobleem heeft en u zelf in staat bent uw gebruik te veranderen.

De mogelijkheden voor zelfhulp zijn in de meeste gevallen anoniem en worden door uw zorgverzekeraar vergoed[1] (of zijn gratis).

Wanneer de zelfhulpprogramma's u niet genoeg ondersteuning bieden kunt u altijd contact opnemen met een professional. Uw huisarts is hiervoor uw eerste aanspreekpunt. Uw huisarts bespreekt samen met u welke mogelijkheden er zijn op het gebied van behandeling of hulpverlening. De huisarts kan u begeleiden of doorverwijzen.

Daarnaast is het ook mogelijk zelf rechtstreeks contact op te nemen met Brijder.

Een overzicht van zelfhulp mogelijkheden:

**www.brijder.nl of www.alcoholondercontrole.nl**

Brijder biedt een online programma met praktische opdrachten. U kunt de opdrachten thuis in uw eigen tempo en op het moment dat het u uitkomt doen. Per dag zal dat, afhankelijk van de opdracht, vijf tot twintig minuten in beslag nemen. Online hulp is 24 uur per dag en zeven dagen per week beschikbaar.
Uw behandelaar helpt u met de opdrachten, reageert erop en geeft steun. U communiceert met uw behandelaar via een berichtenscherm. Op elk gewenst moment kunt u een bericht achterlaten. U krijgt altijd antwoord terug. Het programma duurt twaalf tot veertien weken en is afhankelijk van uw eigen tempo. Dat geeft vrijheid, maar vergt ook doorzettingsvermogen. Als u zich aanmeldt ontvangt u binnen drie dagen een inlogcode. Zodra u de inlogcode ontvangen heeft, kunt u starten met de behandeling.

De kosten van online hulp worden vergoed door de basisverzekering[1]. Hou wel rekening met het verplichte eigen risico per jaar, dit kan

[1] *Situatie 2012*

wel voor kosten zorgen (ook indien u vroegtijdig uw behandeling beëindigt). U kunt ervoor kiezen om de kosten voor online hulp zelf te betalen.

**www.jellinek.nl**

Bij Jellinek kunt u een online behandeling volgen voor uw alcoholprobleem. Hiermee stopt of mindert u op eigen kracht. U krijgt oefeningen en opdrachten en toegang tot een online dagboek en forum. De behandeling duurt vier tot zes weken, er zijn geen kosten aan verbonden en de behandeling is anoniem.



**www.minderdrinken.nl**

Minder drinken.nl is een initiatief van het Trimbos-instituut. Dit is het landelijk kennisinstituut voor geestelijke gezondheidszorg, verslavingszorg en maatschappelijke zorg. Het Trimbos-instituut biedt zelfhulp via internet, door middel van een zelfhulpboekje en biedt een tv-cursus aan. Het zelfhulpboekje 'Hoe minder te drinken', kunt u bestellen via de webwinkel van het Trimbos-instituut. Het hulpboek is in duidelijke stappen ingedeeld en bevat opdrachten, oefeningen en achtergrondinformatie over alcohol. De tv-cursus 'Minder drinken? Doe-het-zelf!' is ontwikkeld door het Trimbos-instituut in samenwerking met Teleac. In vijf afleveringen helpt een tv-coach twee tv-cursisten bij het minderen. Het programma is gratis en anoniem te gebruiken.

**www.alcoholdebaas.nl**

Alcoholdebaas.nl is ontwikkeld door Tactus Verslavingszorg. De website biedt naast uitgebreide informatie, een online behandeling bij alcoholproblemen. U krijgt persoonlijke begeleiding en u blijft anoniem.

**www.korrelatie.nl**

Stichting Korrelatie is een landelijke organisatie en biedt anonieme, professionele, psychosociale hulp. Korrelatie geeft individueel advies en hulp, aan iedereen die hierom vraagt. Dit kan telefonisch en online. Bij Korrelatie werken psychologen, maatschappelijk werkers en pedagogen. Zij luisteren, adviseren en verwijzen zo nodig door naar betrouwbare gespecialiseerde hulpverleners en websites.

**www.aa-gouda.nl**

Anonieme Alcoholisten (AA) Gouda is een gemeenschap die hun ervaring, kracht en hoop met elkaar delen om hun gemeenschappelijk probleem op te lossen en anderen te helpen bij het herstel van hun alcoholisme. De enige vereiste voor het AA-lidmaatschap is het verlangen te stoppen met alcoholgebruik. Bij de meeste groepen is het geen enkel probleem om aan te schuiven. Sommige groepen hebben liever dat u eerst even belt of mailt. Als dit zo is, staat dat op de website bij de groepspagina duidelijk aangegeven.

Als u het zelf prettig vindt eerst met een groepslid te praten of kennis te maken is dat ook geen enkel probleem. De AA is elke dag, 24 uur bereikbaar. Ook in het weekend en met de feestdagen.

**Het zelfhulpboek 'Minder Drinken'**

Het boek 'Minder Drinken' is gebaseerd op bewezen effectieve technieken en geeft inzicht in het alcoholgebruik, wat verantwoord drinken is en leert u omgaan met moeilijke momenten. Het hulpboek is in duidelijke stappen opgedeeld en bevat opdrachten en oefeningen en achtergrondinformatie over alcohol.

Het boek is online te bestellen en is verkrijgbaar via de boekhandel. Het boek 'Minder Drinken' wordt uitgegeven door uitgeverij Boom (Amsterdam) met ISBN-nummer 9085063655.

Contactgegevens van de bovengenoemde instanties zijn te vinden in hoofdstuk 9.

# 6. WAAR VIND IK HULP ALS FAMILIE VAN IEMAND MET EEN ALCOHOLPROBLEEM?

Als iemand in uw omgeving problematisch alcohol gebruikt zijn er instanties voor hulp, informatie of begeleiding. Dit hoofdstuk geeft inzicht in deze hulp voor ouders van kinderen met een alcoholprobleem, kinderen van ouders met een alcoholprobleem en voor mensen met een vriend of familielid die problematisch alcohol gebruikt.

## 6.1 OUDERS VAN KINDEREN MET EEN ALCOHOLPROBLEEM

### Brijder

Bij Brijder Preventie kunt u een gesprek aanvragen met de preventiewerker waarin u al uw vragen kunt stellen over het gebruik van alcohol (en andere middelen), de gevolgen, hoe te reageren op iemand die bovenmatig gebruikt, wat de mogelijkheden zijn om in behandeling te gaan, enzovoort. Iedereen en alle vragen zijn welkom, of ze nu over uzelf of over iemand anders gaan.
U kunt ook per mail uw vraag stellen, dan krijgt u antwoord per mail. Uw gegevens blijven anoniem, er wordt geen rapportage gemaakt.

*Informatie cursus*

Brijder organiseert meerdere malen per jaar een informatie cursus voor familieleden en vrienden van een problematische of verslaafde drinker. De informatie cursus duurt twee avonden (een week na elkaar). De cursus geeft ruimte voor feitelijke informatie, uitwisselen van ervaringen, tips over 'hoe om te gaan met een drinker' en het bevorderen van opbouwende communicatie tussen drinker en omgeving. Ter afsluiting wordt een individueel nagesprek aangeboden.

Uw vriend(in) of familielid hoeft niet bij Brijder in behandeling te zijn om deel te kunnen nemen aan de informatie cursus.

*De ABC gesprekken*

Deze gesprekken zijn bedoeld voor jongeren die al risicovol drinken (of gebruiken). In deze, maximaal drie gesprekken, wordt informatie gegeven aan de jongere. Ouders worden gevraagd een keer mee te komen en uiteindelijk komt er een advies: doorleiden naar een behandeling of met deze minimale ondersteuning zelf doorgaan. Ook van deze gesprekken wordt geen rapport opgemaakt en zijn gratis. De ouders krijgen tips om met hun drinkende jongere om te gaan.

*Behandelingen*

Brijder Jeugd behandelt jongeren tot 23 jaar met een alcoholprobleem. Ze werken volgens het stepped care principe: dat betekent dat ze beginnen bij een zo licht mogelijke hulp en indien nodig wordt de ondersteuning en behandeling geïntensiveerd.

De jongere komt wekelijks naar de locatie van Brijder en volgt de leefstijltraining. Veel aandacht is er voor omgaan met trek, omgaan met sociale druk, terugval, maar ook hoe gaat het op school, werk, vrije tijd en wie zijn je vrienden. De ouders worden altijd bij de behandeling betrokken.

De ouders kunnen tegelijkertijd deelnemen aan de oudergroep waarbij zij samen met ouders van andere jongeren wederzijds ondersteuning en erkenning ervaren, vergroten van ouderschapsvaardigheden bij het omgaan met het gebruikende kind en kennis en inzicht vergaren. De oudergroep wordt door ouders iedere keer als zeer ondersteunend ervaren.

Mocht het niet lukken om op deze manier te minderen en te stoppen met alcohol drinken, dan is een korte opname in de kliniek mogelijk: Mistral DTOX. Deze staat in Den Haag en daar ontgiften de jongeren onder begeleiding van een arts en verpleegkundigen. Een korte opname duurt ongeveer twee tot drie weken, is er diagnostiek nodig, dan kan een opname langer duren. Daarna gaat de jongere weer ambulant verder met zijn behandelaar.

Als vervolgens toch blijkt dat het om uiteenlopende redenen niet lukt in de eigen omgeving van de jongere om te stoppen met alcohol drinken, dan kan gekozen worden voor een klinische behandeling in de Mistral behandelkliniek. Dit is een opname van enkele maanden. Voor deze behandelingen is een verwijzing van de huisarts, Bureau Jeugdzorg of de GGZ noodzakelijk.

Ook biedt Brijder een intensieve gezinsbehandeling, die is bedoeld voor jongeren met diverse problemen. Dat kunnen gedragsproblemen zijn, verslaving, psychische problemen, criminaliteit enzovoort. De therapie is multidimensioneel, wat inhoudt dat niet alleen naar de jongere zelf wordt gekeken, maar ook naar de ouders en derden zoals school, werk en vrienden. Dit wordt gedaan omdat groepen nauw met elkaar verweven zijn, zo komen de problemen snel aan het licht en kunnen tegelijkertijd worden aangepakt. Deze behandeling duurt gemiddeld zes maanden en er is twee tot drie keer per week contact.

*Aanmelding*

Brijder is onderdeel van de Parnassia Bavo Groep en heeft een centraal aanmeldpunt. Van daaruit wordt u doorverwezen naar de juiste locatie.
U kunt zich aanmelden via het telefoonnummer: 088 358 20 00. Ook kunt u altijd binnenlopen op de locatie van Brijder in Gouda en vragen of er een afspraak gemaakt kan worden bij de jeugdbehandelaar.



**Centrum Jeugd en Gezin (CJG)**

In de regio Midden-Holland worden steeds meer centra Jeugd en Gezin geopend. Het CJG is een gemeentelijk taak, ondergebracht bij de GGD. Uiteindelijk zal in elke gemeente minimaal één CJG zijn. Bij het CJG kunnen ouders, opvoeders en kinderen en jongeren van 0 tot 23 jaar terecht met vragen. Ook voor alcoholproblematiek of verslaving helpen de professionals vanuit het CJG u verder, zij kunnen eveneens doorverwijzen naar andere hulpverleners. Het CJG is laagdrempelig en heeft een website, spreekuren en er kunnen vragen gesteld worden via e-mail. In Gouda (Thorbeckelaan) is een CJG 12+, speciaal gericht op jongeren én hun opvoeders van 12 jaar en ouder.

**Bureau Jeugdzorg**

Bureau Jeugdzorg is de toegangspoort voor de hele jeugdzorg. Bij Bureau Jeugdzorg kunnen ouders, kinderen en hulpverleners terecht met problemen en vragen omtrent opvoeding en opgroeien van kinderen van 0-18 jaar. Hoofdtaken van Bureau Jeugdzorg zijn indicatiestelling, uitvoering van de taken van het Advies- en Meldpunt Kindermishandeling (AMK), uitvoering van jeugdbeschermingsmaatregelen en jeugdreclassering. Bureau Jeugdzorg geeft informatie en advies en helpt met het vinden van de juiste hulp. Bureau Jeugdzorg zoekt samen met ouders en kinderen de juiste oplossing.

**www.uwkindenalcohol.nl**

De website uwkindenalcohol.nl is een onderdeel van de opvoedcampagne Roken, Alcohol en Cannabis en is ontwikkeld door het Trimbos-instituut en Stivoro. De site geeft informatie welke gevolgen alcohol kan hebben en hoe alcohol bespreekbaar gemaakt kan worden binnen het gezin.

**www.alcoholinfo.nl**

Alcoholinfo is een website van het Trimbos-instituut en geeft betrouwbare informatie en antwoord op al uw vragen over alcoholgebruik en alcoholvoorlichting. Alcoholinfo geeft ouders tips om het drinkgedrag van hun kinderen op verschillende manieren te beïnvloeden. Daarnaast geeft het veel informatie over alcohol en opvoeding.

## 6.2 KINDEREN VAN OUDERS MET EEN ALCOHOLPROBLEEM

**Brijder Jeugd**

Brijder organiseert samen met GGZ Rivierduinen doe- en praatgroepen waar kinderen en jongeren hun verhalen kwijt kunnen en kennis kunnen maken met kinderen met dezelfde ervaringen. Er wordt gepraat en geluisterd, maar ook gespeeld, getekend en gelachen. De doe- en praatgroepen zijn veilige groepen om te praten. De groep is voor kinderen vanaf acht jaar die een ouder hebben met een psychisch probleem of een verslavingsprobleem.

Er wordt acht keer bij elkaar gekomen, op een doordeweekse middag na school, er zijn geen kosten aan verbonden. Aanmelden of meer informatie via telefoon: (072) 527 28 03.

### Anonieme alcoholisten (AA)

*Al-A/ACA: Zelfhulpgroep voor volwassen kinderen van drinkers*
Hier kunt u in contact komen met lotgenoten. In veel Nederlandse steden en dorpen worden wekelijks gespreksgroepen georganiseerd waaraan u anoniem kunt deelnemen.

*Al-Ateen: Zelfhulpgroep voor kinderen van drinkers vanaf 12 jaar*
Hier kunt u in contact komen met lotgenoten. In veel Nederlandse steden en dorpen worden wekelijks gespreksgroepen georganiseerd waaraan u anoniem kunt deelnemen.

### www.drankjewel.nl

Drankjewel is een informatieve website voor jongeren en volwassenen met ouders met een alcoholprobleem. Op de site is een forum waarop anoniem ervaringen en advies kunnen worden uitgewisseld (lotgenotencontact).

### www.alcoholinfo.nl

Alcoholinfo is een website van het Trimbos-instituut en geeft betrouwbare informatie op al uw vragen over alcoholgebruik en alcoholvoorlichting. Alcoholinfo geeft tips voor kinderen met een drinkende ouder maar ook tips voor de omgeving van het kind met een drinkende ouder. Indien u als omgeving van het kind het vermoeden krijgt dat het kind ernstig tekort gedaan wordt of als er sprake is van verwaarlozing of mishandeling, kunt u dit melden bij het dichtstbijzijnde Advies en Meldpunt Kindermishandeling.

### www.fasstichting.nl

De Foetaal Alcohol Syndroom (FAS) Stichting Nederland is een stichting die zich inzet voor kinderen met lichamelijk en neurologische beschadigingen ontstaan door alcoholgebruik tijdens de zwangerschap. Zij ondervinden iedere dag de gevolgen hiervan bij hun taken op school en door de moeilijkheden op sociaal of emotioneel terrein. De website geeft voorlichting, verstrekt informatie en biedt mogelijkheden voor lotgenotencontact.

### Advies en Meldpunt Kindermishandeling (AMK)

Het AMK is er voor iedereen met zorgen en vragen over kindermishandeling. Een melding kan anoniem. Het landelijke telefoonnummer van het AMK is 0900 123 12 30, het telefoonnummer in Gouda is (0182) 68 08 88.



## 6.3 Een familielid of vriend met een alcoholprobleem

### Brijder

Bij Brijder Preventie kunt u een gesprek aanvragen met de preventiewerker waarin u al uw vragen kunt stellen over het gebruik van alcohol (en andere middelen), de gevolgen, hoe te reageren op iemand die bovenmatig gebruikt, wat de mogelijkheden zijn om in behandeling te gaan, enzovoort. Iedereen en alle vragen zijn welkom, of ze nu over uzelf of over iemand anders gaan.
U kunt ook per mail uw vraag stellen, dan krijgt u antwoord per mail. Uw gegevens blijven anoniem, er wordt geen rapportage gemaakt.

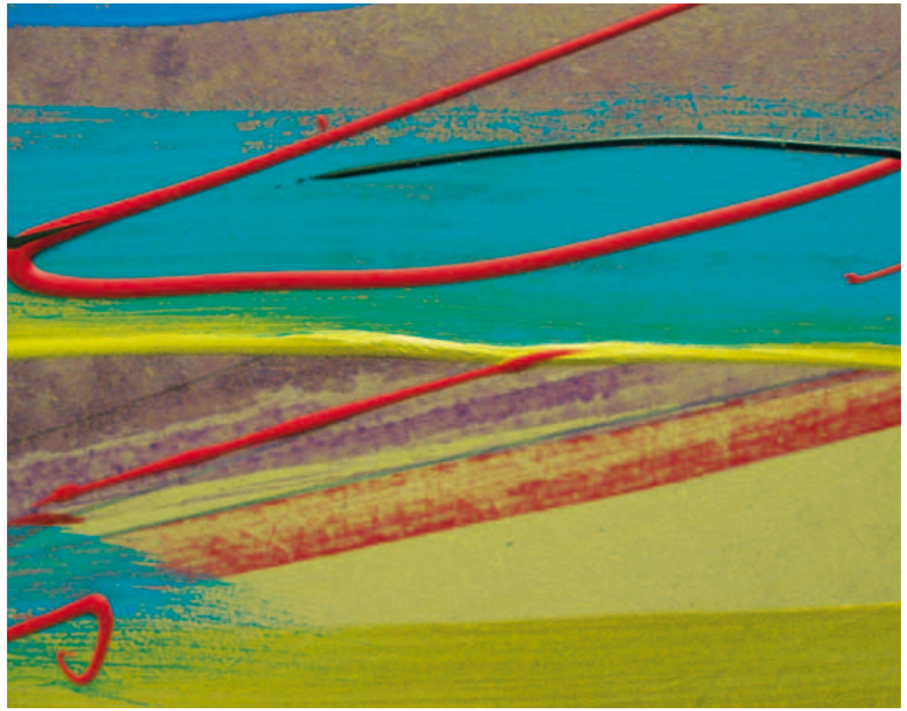
### Informatie cursus

Brijder organiseert meerdere malen per jaar een informatie cursus voor familieleden en vrienden van een problematische of verslaafde drinker. De informatie cursus duurt twee avonden (een week na elkaar). De cursus geeft ruimte voor feitelijke informatie, uitwisselen van ervaringen, tips over 'hoe om te gaan met een drinker' en het bevorderen van opbouwende communicatie tussen drinker en omgeving. Ter afsluiting wordt een individueel nagesprek aangeboden.

Uw vriend(in) of familielid hoeft niet bij Brijder in behandeling te zijn om deel te kunnen nemen aan de informatie cursus.

### Anonieme Alcohollisten (AA)

*Al-Anon*
Al-Anon is een gemeenschap van familie en vrienden van mensen die problematisch alcohol gebruiken. Al-Anon organiseert bijeenkomsten gebaseerd op een programma van vijf stappen en waar familieleden en vrienden van problematisch alcoholgebruikers opgevangen en getroost worden. Daarnaast wordt aandacht besteed aan het opbrengen van begrip voor de alcoholgebruiker en hem/haar te stimuleren te stoppen met drinken.





# 7. WAAR VIND IK HULP VOOR EEN CLIËNT MET EEN ALCOHOLPROBLEEM?

Het is mogelijk dat u als hulpverlener tijdens uw werkzaamheden te maken krijgt met problematisch alcoholgebruik van een cliënt. Iemand kan als gevolg van zijn of haar alcoholgebruik in aanraking komen met uw instantie/organisatie, maar het alcoholgebruik kan ook het onderliggende probleem zijn.

Alcohol kan ten eerste een directe reden zijn om in aanraking te komen met een hulp- of zorginstelling. Bijvoorbeeld bij comazuipen of leveraandoeningen als gevolg van alcoholgebruik.
Daarnaast is het mogelijk dat problematisch alcoholgebruik wordt ontdekt tijdens een behandeling of opname. Het alcoholprobleem is in dit geval niet de directe aanleiding van de behandeling of opname, maar de situatie kan toch verontrustend zijn.
Ten derde kan het alcoholprobleem naar voren komen bij hulporganisaties als Kwadraad, het STIP of meldpunt Zorg & Overlast. Problematisch alcoholgebruik is in veel gevallen geen op zichzelf staand probleem, maar is vaak onderdeel van multiproblematiek. Hierbij kunt u denken aan huiselijk geweld, financiële of relationele problematiek of verwaarlozing.
In al deze situaties kun u als hulpverlener hierop inspelen. Maar hoe?

In dit hoofdstuk specifiek voor hulpverleners worden vanuit verschillende organisaties handvatten aangereikt om te begeleiden bij problematisch alcoholgebruik.
Voor telefoonnummers en adressen, zie hoofdstuk 9.

## 7.1 HUISARTS

Als huisarts krijgt u met regelmaat te maken met cliënten die problemen ondervinden als gevolg van hun alcoholgebruik. Ook kan het zijn dat u degene bent die deze problemen als eerste signaleert. Het kan zijn dat u een 'niet pluis' gevoel heeft, maar het kan ook dat u te maken heeft met een cliënt waar het gaat om een langdurige periode van verslaving. Wat kunt u als huisarts doen?

Bij een vermoeden van problematisch alcoholgebruik gaat u in gesprek over het alcoholgebruik. Hiervoor kan u als huisarts de five shot test gebruiken om de mate van alcoholgebruik te bepalen.

Indien het problematisch alcoholgebruik bevestigd wordt, kunnen vervolgstappen ondernomen worden. Als het problematisch alcoholgebruik nog maar enkele maanden bestaat of niet ernstig

is, kan worden volstaan met een anamnese en voorlichting. Als huisarts kunt u uw cliënten ook wijzen op het zoeken van zelfhulp, raadpleeg hiervoor hoofdstuk 5.

Als problematisch alcoholgebruik langer bestaat is een intensiever motiveringsproces nodig. Bij de interventies kan ook de praktijkondersteuner betrokken worden. U streeft ernaar dat de cliënt zich bewust wordt van de nadelen van het alcoholgebruik en alternatieven vindt voor de voordelen. Indien het alcoholgebruik zodanig is dat verwijzen noodzakelijk is, is hiervoor altijd toestemming van de cliënt nodig. Er zijn verschillende mogelijkheden voor verwijzen.



### Brijder

U kunt naar Brijder verwijzen voor informatie, voorlichting en consultatie. Brijder is een instelling gespecialiseerd in verslavingszorg in de regio Midden-Holland. Bij Brijder kan altijd en vrijblijvend een gesprek aangevraagd worden. Brijder kijkt dan samen met de cliënt naar hulp- en behandelmogelijkheden. Per cliënt wordt een individueel behandeltraject opgezet. Brijder kan via internet benaderd worden, telefonisch en het is ook te allen tijde mogelijk een afspraak te maken.

### Meldpunt Zorg & Overlast Midden-Holland

Indien er een situatie bestaat waarin de cliënt geen hulp wil ontvangen maar de situatie toch dusdanig verontrusting wekt, kunt u een melding maken of contact opnemen met het Meldpunt Zorg & Overlast Midden-Holland. Bij het Meldpunt Zorg & Overlast kan een melding gemaakt worden indien iemand overlast veroorzaakt of wanneer u vindt dat iemand zorg nodig heeft, maar hier niet zelf om kan of wil vragen. Bij alcoholproblematiek kunnen beide situaties zich voordoen. U kunt via internet of telefonisch een melding maken.

### GGZ Midden-Holland

Indien er naast alcoholproblematiek ook sprake is van een psychische of psychiatrische hulpvraag kan naast Brijder ook verwezen worden naar GGZ Midden-Holland. De GGZ biedt behandeling en begeleiding aan mensen met een psychische of psychiatrische aandoening. Indien er sprake is van een zogenaamde 'dubbele diagnose' zal de cliënt naar Brijder verwezen kunnen worden of naar de GGZ. De genoemde organisaties werken samen, er zijn echter helaas nog geen mogelijkheden voor een geïntegreerde behandeling. Welke instelling/behandeling de voorkeur heeft, hangt af van de situatie.

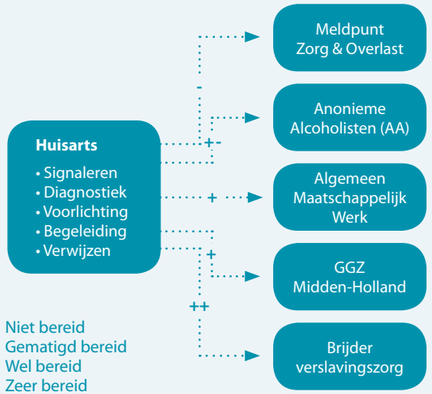
### Anonieme Alcoholisten - lotgenotencontact

U kunt doorverwijzen naar de Anonieme Alcoholisten (AA) of andere lotgenotencontacten indien de cliënt (nog) geen professionele hulp wil. Deze contacten zijn vrijblijvend en de drempel tot hulp is een stuk lager.

### Algemeen maatschappelijk werk, Kwadraad

Indien er een situatie bestaat waarin meerdere sociale, financiële of gezinsproblemen bestaan als gevolg van of bestaan naast de alcoholproblematiek kan u naast het inschakelen van Brijder ook verwijzen naar Kwadraad, algemeen maatschappelijk werk. Kwadraad kan het alcoholprobleem niet behandelen, maar kan wel structuur bieden in het leven van de cliënt.

*Schema 1: **Wat kan de huisarts zelf en waar kan hij naartoe doorverwijzen bij verschillende mate van bereidheid van de patiënt tot hulp?***




## 7.2 ZIEKENHUIS

Een alcoholprobleem kan een oorzaak zijn voor een opname in een ziekenhuis. Bijvoorbeeld jongeren die in comateuze toestand naar het ziekenhuis worden gebracht of langdurig verslaafden met inwendige problemen van bijvoorbeeld lever of maag. Ook een val als gevolg van te veel alcoholgebruik kan een reden zijn opgenomen te worden in het ziekenhuis. Daarnaast is het mogelijk dat de opname indicatie geen direct verband heeft met het alcoholgebruik. Het overmatig alcoholgebruik kan 'per toeval' worden ontdekt en verontrusting wekken.

In de meeste gevallen krijgt de spoedeisende hulp of de verpleegafdeling als eerste weet van het alcoholprobleem. Ook kan het alcoholprobleem ontdekt worden tijdens een bezoek aan de polikliniek. Deze afdelingen hebben een belangrijke signalerende rol. Het opnamegesprek heeft hierbij een belangrijke functie. Het doen van een alcoholtest (bijvoorbeeld de five shot test) kan een goed hulpmiddel zijn.

Het is ook mogelijk dat het alcoholgebruik bekend wordt via informatie van derden of door afwijkende waarden bij bloedafname.

## Spoedeisende hulp

Indien de cliënt (ouder dan 16 jaar) op de spoedeisende hulp (SEH) ligt in verband met een alcoholintoxicatie en niet voor verdere opname in aanmerking komt, kunnen kortdurende interventies gedaan worden door de spoedeisende hulp artsen, spoedeisende hulp verpleegkundigen of nurse practitioners. Kortdurende interventies kunnen bestaan uit:

- Het geven van feedback over excessief alcoholgebruik naar aanleiding van bij de cliënt verricht onderzoek;
- Het uitreiken van voorlichtingsmateriaal afgestemd op de mate van alcoholgebruik.



Op de SEH is het essentieel om afspraken te maken over welke kortdurende interventie ingezet wordt en wie daarvoor verantwoordelijk is. Verder is het noodzakelijk om afspraken binnen het ziekenhuis te maken of beleid te ontwikkelen ten aanzien van gericht verwijzen en vervolgbehandelingen. Voor cliënten die afhankelijk zijn van alcohol is de korte interventie vooral een onderhandelingsproces om te kunnen verwijzen naar een gespecialiseerd behandelingsprogramma.

Indien de cliënt 16 jaar of jonger is wordt deze te allen tijde doorverwezen naar de kinderarts. De ouders en de jongere hebben voor ontslag een gesprek met de kinderarts. Die kan de jongere aanmelden bij het Reinier de Graaf Gasthuis te Delft waar een speciale Polikliniek voor Jeugd en Alcohol is.

*Brijder*

Ook Brijder kan het vervolgtraject na behandeling in het ziekenhuis invullen. Brijder biedt gesprekken voor jongeren die risicovol drinken. In deze, maximaal drie gesprekken, wordt informatie gegeven aan de jongere. Ouders worden gevraagd een keer mee te komen en uiteindelijk komt er een advies: doorleiden naar een behandeling of met deze minimale ondersteuning zelf door gaan. Van deze gesprekken wordt geen rapport opgemaakt en de toegang is gratis. De ouders krijgen tips om met hun drinkende jongere om te gaan.

Brijder biedt ook behandeling aan volwassenen met een alcoholprobleem. Brijder werkt volgens het stepped care principe: dat betekent dat wordt begonnen met een zo licht mogelijke interventie en indien nodig wordt de ondersteuning en behandeling geïntensiveerd. Indien nodig wordt een individueel behandeltraject opgezet.

## Polikliniek

Ook is het mogelijk dat een alcoholprobleem gesignaleerd wordt tijdens een bezoek aan de polikliniek. Bij het vermoeden van problematisch alcoholgebruik kan u als professional in gesprek gaan over het alcoholgebruik. Indien het alcoholgebruik bevestigd wordt, kunnen vervolgstappen ondernomen worden. Als het problematisch alcoholgebruik nog maar enkele maanden bestaat of niet ernstig is, kan worden volstaan met een anamnese en voorlichting. Hiervoor kunt u ook doorverwijzen naar de eigen huisarts van de cliënt. Ook kunt u verwijzen naar zelfhulpmogelijkheden, zie hoofdstuk 5.

*Brijder*

Indien het problematisch alcoholgebruik langer bestaat is een intensiever motiveringsprogramma nodig. Hiervoor kan worden verwezen naar Brijder.
Brijder werkt volgens het stepped care principe: dat betekent dat wordt begonnen met een zo licht mogelijke interventie en indien nodig wordt de ondersteuning en behandeling geïntensiveerd. Indien nodig wordt een individueel behandeltraject opgezet.

*GGZ Midden-Holland*

Indien er naast alcoholproblematiek ook sprake is van een psychische of psychiatrische hulpvraag kan naast Brijder ook verwezen worden naar GGZ Midden-Holland. De GGZ biedt behandeling en begeleiding aan mensen met een psychische of psychiatrische aandoening. GGZ en Brijder werken samen, maar er zijn echter helaas nog geen mogelijkheden voor een geïntegreerde behandeling.

*Algemeen maatschappelijk werk, Kwadraad*

Indien er een situatie bestaat waarin meerdere sociale, financiële of gezinsproblemen bestaan als gevolg van of bestaan naast de alcoholproblematiek kunt u naast het inschakelen van Brijder ook verwijzen naar Kwadraad, algemeen maatschappelijk werk. Kwadraad kan het alcoholprobleem niet behandelen, maar kan wel structuur bieden in het leven van de cliënt.

Voor de verwijzingen naar Brijder, GGZ Midden-Holland of Kwadraad is te allen tijde toestemming van de cliënt nodig. De huisarts kan wel op de hoogte worden gesteld van de hoeveelheid alcohol inname.

*Meldpunt Zorg & Overlast Midden-Holland*

Indien er geen toestemming van de cliënt is, maar er toch een situatie bestaat die dusdanig verontrustend is, dan kunt u een melding maken of contact opnemen met het Meldpunt Zorg & Overlast Hollands Midden. Bij Meldpunt Zorg & Overlast Midden-Holland kan een melding gemaakt worden indien iemand overlast veroorzaakt of wanneer u vindt dat iemand zorg nodig heeft, maar hier niet zelf om kan of wil vragen. Bij alcoholproblematiek kunnen deze beide indicaties zich voordoen. U kunt via internet of telefonisch een melding maken.

## Klinische opname

Indien de cliënt wel klinisch opgenomen wordt is er vaak meer tijd voor de aanpak van het alcoholprobleem. De afdelingsverpleegkundige kan contact opnemen met het maatschappelijk werk. Toestemming van de cliënt is ook hierbij noodzakelijk.

*Medisch maatschappelijk werk*

Het medisch maatschappelijk werk ondersteunt mensen bij het oplossen van en (leren) omgaan met hun problemen in het dagelijks leven of het werk. Het kan een combinatie van materiële en psychosociale problemen zijn. Dit kan ook om een alcohol (gerelateerd) probleem gaan. De hulpverlening is kortdurend van aard. De maatschappelijk werker inventariseert wat er bij de cliënt speelt door middel van een psychosociaal onderzoek.
Wanneer de cliënt akkoord gaat dan neemt maatschappelijk werk contact op met het mobiel team Brijder om de cliënt in het ziekenhuis te bezoeken of snel na het ontslag uit het ziekenhuis. Soms is de cliënt al in zorg (geweest) bij Brijder en wordt het contact hernieuwd.

*Transferverpleegkundige*

Het kan voorkomen dat het ontslag vanuit het ziekenhuis belemmerd wordt doordat het huis van de cliënt vervuild is of de thuissituatie ontregeld is. Indien dit het geval is kan het maatschappelijk werk samen met de cliënt, eventuele mantelzorgers en hulpverleners een plan van aanpak maken. Hierbij heeft ook de transferverpleegkundige een belangrijke rol. De transferverpleegkundige houdt zich bezig met het gehele proces van indicatiestelling tot en met opname in een instelling of de terugkeer naar huis. Aangezien de transferverpleegkundige dit hele proces begeleidt, krijgt zij compleet inzicht in de complexiteit van het probleem. In deze situatie heeft samenwerking tussen het maatschappelijk werk en de transferverpleegkundige een duidelijke meerwaarde.

*GGZ Midden-Holland*

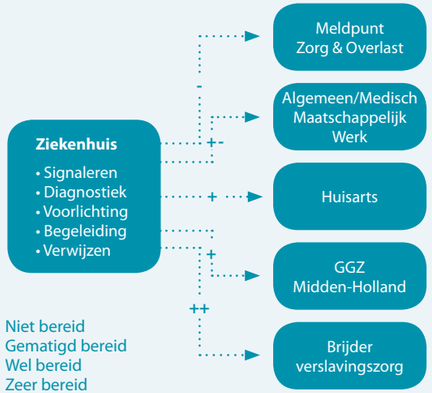
Indien er naast alcoholproblematiek ook sprake is van een psychische of psychiatrische hulpvraag kan naast Brijder ook verwezen worden naar GGZ Midden-Holland. De GGZ biedt behandeling en begeleiding aan mensen met een psychische of psychiatrische aandoening. Indien er sprake is van een zogenaamde 'dubbele diagnose' zal de patiënt naar Brijder verwezen kunnen worden of naar de GGZ. De genoemde organisaties werken samen, er zijn echter helaas nog geen mogelijkheden voor een geïntegreerde behandeling. Welke behandeling/instelling de eerste voorkeur heeft, hangt af van de situatie.

*Meldpunt Zorg & Overlast Midden-Holland*

Indien een cliënt geen hulp of zorg wil voor zijn alcoholprobleem, maar de situatie toch verontrusting wekt kunt u een melding maken bij het meldpunt Zorg & Overlast Midden-Holland. Er kan zowel telefonisch als via internet een melding gemaakt worden.



*Schema 2:* ***Wat kan het ziekenhuis zelf en waar kan hij naartoe doorverwijzen bij verschillende mate van bereidheid van de patiënt tot hulp?***




## 7.3 THUISZORGORGANISATIES

Als thuiszorgmedewerker heeft u een bijzondere positie. U bent zorg- of hulpverlener en komt bij de cliënt in zijn eigen woonomgeving. Als thuiszorgmedewerker heeft u een belangrijke rol in het signaleren, attenderen, motiveren en verwijzen van een cliënt met een alcoholprobleem.

Het alcoholgebruik kan nog niet eerder voor verontrusting gezorgd hebben of het kan zijn dat u er niet zeker van bent of er werkelijk van een alcoholprobleem gesproken kan worden. Bij een vermoeden van problematisch alcoholgebruik kunt u als thuiszorgmedewerker in gesprek gaan met de cliënt over het alcoholgebruik.

Indien het problematisch alcoholgebruik nog maar enkele maanden bestaat of niet ernstig is, kan worden volstaan met voorlichting. U kunt de cliënt ook wijzen op het zoeken van zelfhulp, raadpleeg hiervoor hoofdstuk 5.

### Huisarts

Indien het problematisch alcoholgebruik bevestigd wordt, kunnen vervolgstappen ondernomen worden. U kunt met toestemming van de cliënt de huisarts inschakelen. De huisarts kan vervolgens stappen nemen om hulp in te schakelen en/of een behandeling te starten.

### Brijder

Ook kunt u de cliënt wijzen op Brijder, zij zijn gespecialiseerd in verslavingszorg. Brijder werkt volgens het stepped care principe: dat betekent dat wordt begonnen met een zo licht mogelijke interventie en indien nodig wordt de ondersteuning en behandeling geïntensiveerd. Indien nodig wordt een individueel behandeltraject opgezet.

### Algemeen maatschappelijk werk, Kwadraad

Indien er een situatie bestaat waarin meerdere sociale, financiële of gezinsproblemen bestaan als gevolg van of bestaan naast de alcoholproblematiek kan u naast het inschakelen van Brijder ook verwijzen naar Kwadraad, algemeen maatschappelijk werk. Kwadraad kan het alcoholprobleem niet behandelen, maar kan wel structuur bieden in het leven van de cliënt. Voor verwijzing is toestemming van de cliënt noodzakelijk.

### Meldpunt Zorg & Overlast Midden- Holland

Indien er geen toestemming van de cliënt is, maar er toch een situatie bestaat die dusdanig verontrustend is, dan kunt u een melding maken of contact opnemen met het Meldpunt Zorg & Overlast Hollands Midden. Bij het Meldpunt Zorg & Overlast Midden-Holland kan een melding gemaakt worden indien iemand overlast veroorzaakt of wanneer u vindt dat iemand zorg nodig heeft, maar hier niet zelf om kan of wil vragen. Bij alcoholproblematiek kunnen deze beide indicaties zich voordoen. U kunt via internet of telefonisch een melding maken.



*Schema 3: **Wat kan het thuiszorg zelf en waar kan hij naartoe doorverwijzen bij verschillende mate van bereidheid van de patiënt tot hulp?***

- Niet bereid
+- Gematigd bereid
+ Wel bereid
++ Zeer bereid

## 7.4 VERPLEEGHUIZEN

In verpleeghuizen kunnen zich ook problemen als gevolg van alcoholgebruik voordoen. Bij ouderen is 5,1% van alle problemen aan alcohol gerelateerd. In verpleeg- en verzorgingshuizen bedraagt dit 9,6%. In verpleeghuizen drinken ouderen dus gemiddeld meer alcohol dan zelfstandig wonende ouderen. Bij zware drinkers in een verpleeghuis is het moeilijk om het probleem aan te pakken, omdat ze vaak hun hele leven al bovenmatig gedronken hebben. Wat kunt u wel doen?

Bij een vermoeden van problematisch alcoholgebruik gaat de specialist ouderengeneeskunde in gesprek over het alcoholgebruik. Hiervoor kan de five shot test gebruikt worden om de mate van alcoholgebruik te bepalen.

Indien het problematisch alcoholgebruik bevestigd wordt, kunnen vervolgstappen ondernomen worden. Hierbij kan ook (met toestemming van de patiënt) een mantelzorger betrokken worden. Als het problematisch alcoholgebruik nog maar enkele maanden bestaat of niet ernstig is, kan worden volstaan met een anamnese en voorlichting en kan de cliënt indien mogelijk gewezen worden op het zoeken van zelfhulp, raadpleeg hiervoor hoofdstuk 5.

Als problematisch alcoholgebruik langer bestaat is een intensiever motiveringsproces nodig. Bij de interventies kan ook de verpleging betrokken worden. U streeft ernaar dat de cliënt zich bewust wordt van de nadelen van het alcoholgebruik en alternatieven vindt voor de voordelen. Indien het alcoholgebruik zodanig is dat verwijzen noodzakelijk is, is hiervoor altijd toestemming van de cliënt nodig. Er zijn verschillende mogelijkheden voor verwijzen.

### Brijder

U kunt naar Brijder verwijzen voor informatie, voorlichting en consultatie. Brijder is een instelling voor verslavingszorg in Midden-Holland. Bij Brijder kan altijd en vrijblijvend een gesprek aangevraagd worden. Brijder kijkt dan samen met de cliënt naar hulp- en behandelmogelijkheden. Er wordt een individueel behandeltraject opgezet. Brijder kan via internet benaderd worden, telefonisch en ook is het te allen tijde mogelijk een afspraak te maken. Brijder biedt ook de mogelijkheid langs te komen bij de cliënt in het verpleeghuis.

### GGZ Midden-Holland

Indien er naast alcoholproblematiek ook sprake is van een psychische of psychiatrische hulpvraag kan naast Brijder ook verwezen worden naar GGZ Midden-Holland. De GGZ biedt behandeling en begeleiding aan mensen met een psychische of psychiatrische aandoening. Indien er sprake is van een zogenaamde 'dubbele diagnose' zal de cliënt, naar Brijder verwezen kunnen worden of naar de GGZ. De genoemde organisaties werken samen, er zijn echter helaas nog geen mogelijkheden voor een geïntegreerde behandeling. Welke behandeling/instelling de eerste voorkeur heeft, hangt af van de situatie.

### Maatschappelijk werk

U kunt ook verwijzen naar het maatschappelijk werk dat werkzaam is binnen het verpleeghuis. Het maatschappelijk werk is onderdeel van het team behandeling en begeleiding.
Overlast van cliënten in verpleeghuizen is vaak aanleiding om een alcoholbeleid te ontwikkelen. Maar naast de groep ouderen die duidelijk overlast bezorgt, is het eveneens van belang vanuit (geestelijk) gezondheidsperspectief aandacht te besteden aan de zogenaamde stille drinkers. Een alcoholverbod in verpleeghuizen biedt vaak weinig resultaat. Beter kan gefocust worden op een alcoholmatigingsbeleid met als uitgangspunt preventie en/of gezondheid. Een alcoholbeleid kan bijvoorbeeld opgenomen worden als onderdeel van het algemene gezondheidsbeleid in een verpleeghuis. Dit kan onder meer betekenen dat het personeel deskundig genoeg moet zijn om het alcoholgebruik bespreekbaar te maken met cliënten. Bijvoorbeeld door extra trainingen en het aanstellen van een alcoholconsulent per centrum.

### Preventieactiviteiten

Via verschillende kanalen zouden activiteiten kunnen worden ontplooid ter preventie van alcoholmisbruik, bijvoorbeeld via de intake van de toekomstige cliënten, via regelgeving en via (vroeg) signalering.
Voorbeelden van regelgeving in verpleeg- en verzorgingshuizen
- Cliënten dienen geen overlast te veroorzaken vanwege overmatig alcoholgebruik.
- De nachtrust dient gerespecteerd te worden.
- Agressie ten opzichte van medebewoners en personeel wordt niet geaccepteerd.
- Personeel drinkt niet onder werktijd.
- Personeel drinkt niet op het werk buiten werktijd in aanwezigheid van cliënten.

### Verpleeghuiszorg voor cliënten met Korsakov

Voor het diagnosticeren van het syndroom van Korsakov is specifieke kennis en ervaring nodig. Diagnosticeren van Korsakov is in de regio Midden-Holland (nog) niet mogelijk. Hiervoor wordt verwezen buiten de regio. Ook heeft de regio Midden-Holland geen specifieke verpleeghuisplaatsen voor mensen met Korsakov. Cliënten met gediagnosticeerde Korsakov kunnen voor een plek in een verpleeghuis onder andere terecht in Rotterdam, Dordrecht en Den Haag. Zorgpartners, locatie Savelberg, onderzoekt op dit moment de mogelijkheid een Korsakovafdeling in Midden-Holland te realiseren.



*Schema 4:* ***Wat kunnen verpleeghuizen zelf en waar kunnen zij naartoe doorverwijzen bij verschillende mate van bereidheid van de patiënt tot hulp?***

- Niet bereid
+- Gematigd bereid
+ Wel bereid
++ Zeer bereid

## 7.5 GGZ MIDDEN-HOLLAND

GGZ Midden-Holland is onderdeel van Rivierduinen, een organisatie voor de geestelijke gezondheidszorg. De GGZ biedt behandeling, zorg en begeleiding voor mensen met psychiatrische stoornissen en/of psychische problemen.

Als medewerker van de GGZ komt u regelmatig in aanraking met problematisch alcoholgebruik. U kunt dit bespreekbaar maken met de cliënt, en indien het problematisch alcoholgebruik bevestigd wordt, kunt u vervolgstappen ondernemen. In sommige gevallen is anamnese, voorlichting of verwijzing naar zelfhulp voldoende. Als het alcoholgebruik ernstiger is, is een intensiever motiveringsproces nodig. Bij sprake van een alcoholverslaving naast een psychische of psychiatrisch probleem, spreken we van zogenaamde 'dubbeldiagnose'.

Er zijn verschillende mogelijkheden voor verwijzing.

### Brijder

Indien sprake is van een 'dubbel diagnose' is het belangrijk uw cliënt ook te verwijzen naar Brijder. Brijder is gespecialiseerd in verslavingszorg en bekijkt samen met de cliënt naar de hulp- en behandelmogelijkheden. Er is samenwerking met Brijder, maar een geïntegreerde behandeling is helaas nog niet mogelijk. Welk probleem als eerste behandeling behoeft, bepaalt u in overleg met Brijder en is afhankelijk van de situatie.

### Algemeen maatschappelijk werk, Kwadraad

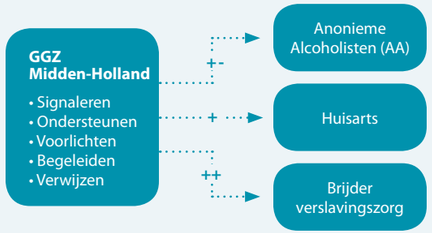
Indien er een situatie bestaat waarin meerdere sociale, financiële of gezinsproblemen bestaan als gevolg van of bestaan naast de alcoholproblematiek kan u naast het inschakelen van Brijder ook verwijzen naar Kwadraad, algemeen maatschappelijk werk. Kwadraad

kan het alcoholprobleem niet behandelen, maar kan wel structuur bieden in het leven van de cliënt.

### Anonieme Alcoholisten - lotgenotencontact

U kunt doorverwijzen naar de Anonieme Alcoholisten (AA) of andere lotgenotencontacten indien de cliënt behoefte heeft aan kracht en steun van ervaringsdeskundigen. De enige vereiste voor deelname aan de AA is het verlangen te stoppen met het alcoholgebruik.

*Schema 5:* ***Wat kan het GGZ Midden-Holland zelf en waar kan hij naartoe doorverwijzen bij verschillende mate van bereidheid van de patiënt tot hulp?***




- Cliënt geeft geen toestemming voor doorverwijzing
+- Cliënt wil hulp, maar geen officiële doorverwijzing
+ Cliënt geeft toestemming tot hulp
++ Cliënt geeft toestemming voor doorverwijzing naar verslavingszorg

## 7.6 ALGEMEEN MAATSCHAPPELIJK WERK, KWADRAAD

Als maatschappelijk werker kunt u de cliënt versterken en bijdragen aan zijn/haar zelfredzaamheid. U kunt ondersteuning en begeleiding bieden door middel van het verstrekken van informatie en advies, individuele- relatie- of gezinsgesprekken, bemiddeling, groepsgewijze hulp of cursussen. U kunt als maatschappelijk werker het alcoholprobleem niet behandelen, maar u kunt wel structuur bieden in het leven van de cliënt.

### Huisarts

Indien er een situatie zich voordoet waarbij sprake is van problematisch alcoholgebruik kunt u de cliënt met zijn/haar toestemming doorverwijzen naar zijn of haar eigen huisarts. De huisarts kan de mate van alcoholgebruik bepalen en afhankelijk daarvan vervolgstappen ondernemen. Soms kan worden volstaan met anamnese, voorlichting en/of verwijzen naar zelfhulpmogelijkheden. Als het problematisch alcoholgebruik ernstiger is kan een huisarts een intensiever motiveringsproces inzetten of doorverwijzen.

### Brijder

U kunt naar Brijder verwijzen voor informatie, voorlichting en consultatie. Brijder is een instelling gespecialiseerd in verslavingszorg in de regio Midden-Holland. Bij Brijder kan altijd en vrijblijvend een gesprek aangevraagd worden. Brijder kijkt samen met de cliënt naar hulp- en behandelmogelijkheden. Er wordt een individueel behandeltraject opgezet. Brijder kan via internet benaderd worden, telefonisch en het is ook te allen tijde mogelijk een afspraak te maken. Voor verwijzen naar Brijder is toestemming van de cliënt noodzakelijk.

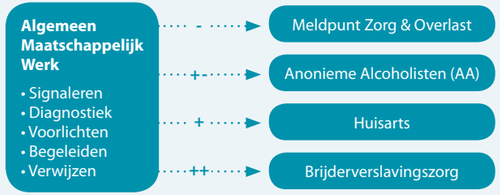
### Meldpunt Zorg & Overlast Midden-Holland

Indien er geen toestemming van de cliënt is, maar er een situatie bestaat die dusdanig verontrustend is, dan kunt u een melding maken of contact opnemen met het Meldpunt Zorg & Overlast Midden-Holland. Bij dit meldpunt kan een melding gemaakt worden indien iemand overlast veroorzaakt of wanneer u vindt dat iemand zorg nodig heeft, maar hier niet zelf om kan of wil vragen. Bij alcoholproblematiek kunnen deze beide indicaties zich voordoen. U kunt via internet of telefonisch een melding maken.

### Anonieme Alcoholisten - lotgenotencontact

U kunt verwijzen naar de Anonieme Alcoholisten (AA) of andere lotgenotencontacten indien de cliënt (nog) geen professionele hulp wil. Deze contacten zijn vrijblijvend en de drempel tot hulp is een stuk lager.

*Schema 6:* ***Wat kan het algemeen maatschappelijk werk zelf en waar kan hij naartoe doorverwijzen bij verschillende mate van bereidheid van de patiënt tot hulp?***




- Cliënt geeft geen toestemming voor doorverwijzing
+- Cliënt wil hulp, maar geen officiële doorverwijzing
+ Cliënt geeft toestemming tot hulp
++ Cliënt geeft toestemming voor doorverwijzing naar verslavingszorg

## 7.7 POLITIE

Als politie komt u regelmatig in aanmerking met alcohol (gerelateerde) problematiek. U kunt alcoholproblematiek tegenkomen in het verkeer, in het uitgaansleven maar ook in openbare gelegenheden of op straat.

In veel van de gevallen zult u niet direct een zorg- en/of hulpverlenende organisatie inschakelen. Bijvoorbeeld indien het teveel aan alcoholgebruik eenmalig is of niet direct zorgwekkend. In

sommige gevallen is het wel wenselijk mensen te stimuleren hulp te zoeken naar aanleiding van hun alcoholgebruik. Wat zijn de mogelijkheden?

In eerste instantie kan er gewezen worden op zelfhulpmogelijkheden, zie hiervoor hoofdstuk 5. Daarnaast kan, met toestemming van de persoon in kwestie, contact opgenomen worden met de huisarts of met Brijder.

### Huisarts

De huisarts kan bij problematisch alcoholgebruik in gesprek gaan met de cliënt. Als problematisch alcoholgebruik langer bestaat is een intensiever motiveringsproces nodig. Hier kan de huisarts zelf een rol in vervullen, maar hij kan ook doorverwijzen naar Brijder. Hiervoor is altijd toestemming van de cliënt nodig.

### Brijder

U kunt naar Brijder verwijzen voor informatie, voorlichting en consultatie. Brijder is een instelling voor verslavingszorg in Midden-Holland. Bij Brijder kan altijd en vrijblijvend een gesprek aangevraagd worden. Brijder kijkt dan samen met de cliënt naar hulp- en behandelmogelijkheden. Er wordt een individueel behandeltraject opgezet. Brijder kan via internet benaderd worden, telefonisch en ook is het te allen tijde mogelijk een afspraak te maken.

### Meldpunt Zorg & Overlast Midden-Holland

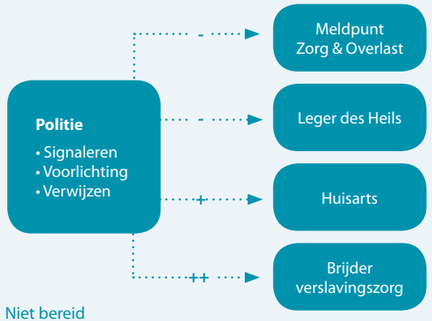
Indien de persoon geen hulp wil ontvangen, maar er toch een situatie bestaat die dusdanig verontrusting wekt, kunt u een melding maken of contact opnemen met het Meldpunt Zorg & Overlast Midden-Holland. Bij dit meldpunt kan een melding gemaakt worden indien iemand overlast veroorzaakt of wanneer u vindt dat iemand zorg nodig heeft, maar hier niet zelf om kan of wil vragen. Bij alcoholproblematiek kunnen deze beide indicaties zich voordoen. U kunt via internet of telefonisch een melding maken.

### Leger des Heils

Ook kunt u de cliënt doorverwijzen naar het Leger des Heils. Het Leger des Heils komt op voor de meest kwetsbare mensen in de samenleving. Het Leger des Heils is een christelijke opvangvoorziening die eten, drinken en een slaapplaats voor de nacht biedt. Mensen met een alcoholverslaving maken hier regelmatig gebruik van. Het Leger des Heils kan pas ingrijpen in de verslaving indien de cliënt zelf gemotiveerd is te stoppen. Het Leger des Heils werkt veel samen met lokale en regionale instellingen voor verslavingszorg. Het Leger des Heils heeft ook voorzieningen in Midden-Holland, raadpleeg hiervoor hoofdstuk 8.



*Schema 7:* ***Wat kan de politie zelf en waar kan hij naartoe doorverwijzen bij verschillende mate van bereidheid van de patiënt tot hulp?***




- Niet bereid
+- Gematigd bereid
+ Wel bereid
++ Zeer bereid

## 7.8 BRIJDER

Als Brijder Midden-Holland kunt u hulp bieden in de vorm van informatie, voorlichting, begeleiding en behandeling. U gaat met de cliënt in gesprek en ontwikkeld samen met de cliënt een individueel behandeltraject. Indien een situatie zich voordoet waarbij klinische opname noodzakelijk is, verwijst u naar een intramurale setting buiten de regio.
Verslavingsproblematiek is vaak complex en gaat vaak gepaard met meerdere problemen tegelijkertijd. Er zijn verschillende mogelijkheden voor verwijzing.

### GGZ Midden-Holland

Indien naast een alcoholprobleem ook sprake is van psychische of psychiatrische klachten, dan is het belangrijk de cliënt ook kenbaar te maken bij de GGZ. GGZ Midden-Holland biedt specialistische zorg en ondersteuning op het gebied van psychische en psychiatrische klachten. Er is samenwerking tussen GGZ Midden-Holland en Brijder, maar er is echter nog geen mogelijkheid tot een geïntegreerde behandeling. Welke behandeling de eerste voorkeur krijgt, hangt af van de situatie.

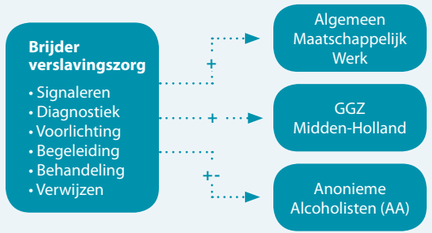
### Algemeen maatschappelijk werk, Kwadraad

Indien er een situatie bestaat waarin meerdere sociale, financiële of gezinsproblemen bestaan als gevolg van of bestaan naast de alcoholproblematiek kan verwezen worden naar Kwadraad. Kwadraad kan het alcoholprobleem niet behandelen, maar kan wel structuur bieden in het leven van de cliënt. Uitgangspunt bij alle dienstverlening, die Kwadraad biedt, is het versterken van cliënten en bijdragen aan hun zelfredzaamheid en ervoor zorgen, dat cliënten zelf weer de regie krijgen.

### Anonieme Alcoholisten - lotgenotencontact

U kunt doorverwijzen naar de Anonieme Alcoholisten (AA) of andere lotgenotencontacten indien de cliënt behoefte heeft aan kracht en steun van ervaringsdeskundigen. De enige vereiste voor deelname aan de AA is het verlangen te stoppen met het alcoholgebruik.

*Schema 8:* ***Wat kan Brijder verslavingszorg zelf en waar kan hij naartoe doorverwijzen bij verschillende mate van bereidheid van de patiënt tot hulp?***




- Niet bereid
+- Gematigd bereid
+ Wel bereid
++ Zeer bereid



## 7.9 MELDPUNT ZORG & OVERLAST

Bij het Meldpunt Zorg & Overlast kunnen hulpverleners, woningcorporaties, politie maar ook burgers melding doen van zorgwekkende situaties of situaties waarbij men overlast van anderen ondervindt. Bij deze meldingen speelt regelmatig problematisch alcoholgebruik een rol.

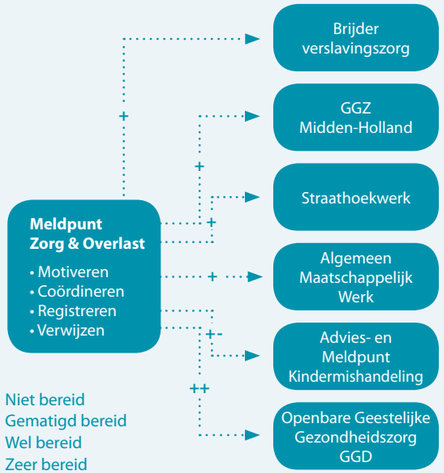
Als werknemer van het Meldpunt Zorg & Overlast behandelt u samen met het coördinatieteam OGGZ (openbare geestelijke gezondheidszorg) de meldingen. Het coördinatieteam OGGZ bestaat uit GGZ Midden-Holland, Brijder verslavingszorg, Straathoekwerk, Algemeen Maatschappelijk Werk (Kwadraad) en het Advies- en Meldpunt Kindermishandeling.

U zorgt dat hulpverlening in gang wordt gezet en dat contact wordt gelegd met de juiste instellingen. U werkt outreachend en bent erop gericht mensen te motiveren hulp toe te laten. U heeft een registrerende en ook coördinerende rol in het toeleiden van zorg.

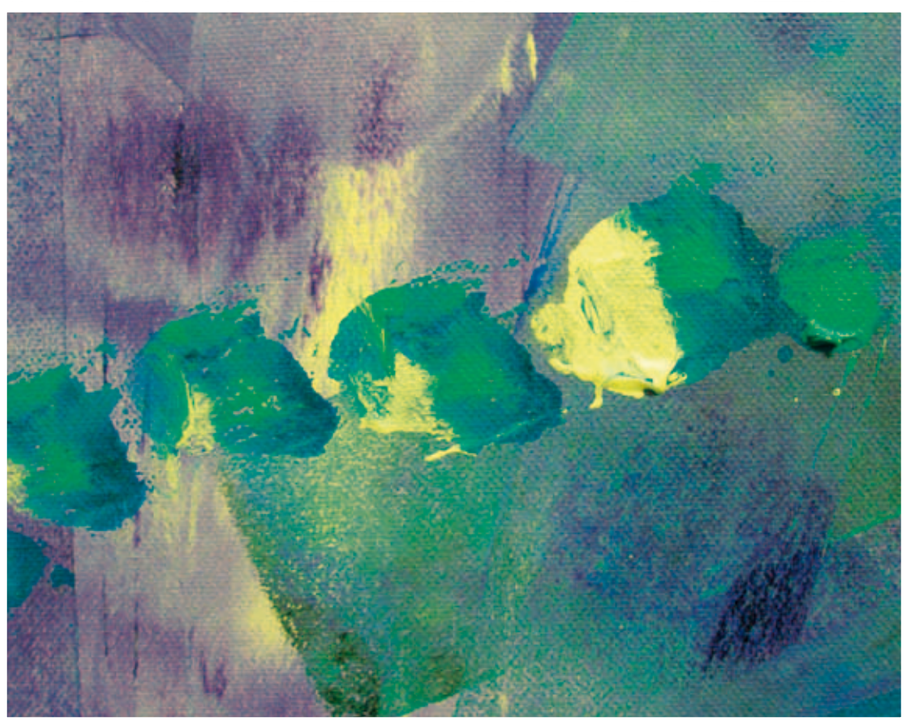
Bij een melding over iemand die al bij een instelling in zorg is, gaat u na of deze hulpverlening voldoende is en of het probleem daar (voldoende) bekend is.

Het coördinatieteam kan de cliënt verwijzen naar de eigen instellingen.

*Schema 2:* ***Wat kan Meldpunt Zorg & Overlast zelf en waar kan hij naartoe doorverwijzen bij verschillende mate van bereidheid van de patiënt tot hulp?***




- Niet bereid
+- Gematigd bereid
+ Wel bereid
++ Zeer bereid





# 8. WAT HEEFT DE REGIO TE BIEDEN AAN TIJDELIJKE OPVANG EN/OF ONDERSTEUNING?

## ALGEMEEN MAATSCHAPPELIJK WERK, KWADRAAD

Iedereen kan een beroep doen op begeleiding en ondersteuning van Kwadraad, algemeen maatschappelijk werk. Kwadraad draagt zorg voor verschillende diensten op het gebied van algemeen maatschappelijk werk (waaronder materiële en immateriële hulpverlening), jeugdmaatschappelijk werk, groepswerk en opvoedingsondersteuning.
Door dit integrale aanbod, kan de organisatie maatwerkoplossingen bieden bij maatschappelijke problemen.

Uitgangspunt bij alle dienstverlening die Kwadraad biedt, is het versterken van cliënten en bijdragen aan hun zelfredzaamheid. Cliënten moeten zelf weer de regie krijgen. Medewerkers van Kwadraad bieden hulp door middel van het verstrekken van informatie en advies, individuele- relatie- of gezinsgesprekken, bemiddeling, groepsgewijze hulp of cursussen.

Gebruik van hulpverlening vanuit Kwadraad vindt plaats op vrijwillige basis. Voor de hulpverlening van Kwadraad is geen verwijzing nodig. Tijdens een intakegesprek wordt nagegaan wat er precies aan de hand is. In sommige gevallen vindt er in dat kader een huisbezoek plaats, want er kan meer aan de hand zijn dan alleen het probleem, waarvoor iemand contact opneemt.

Niet alle cliënten zijn na één traject klaar. Sommigen blijven terugkomen, waarbij het gaat om zogenaamde steun- en leuncontacten. Kwadraad werkt waar nodig en mogelijk samen met partners uit de wijk of binnen de gemeente/regio.

In iedere gemeente in Midden-Holland houdt Kwadraad inloop- en telefonisch spreekuur. Voor de tijden en locaties of online hulp zie de website van Kwadraad.

## BRIJDER

De grootste instelling in regio Midden-Holland op het gebied van verslavingszorg is Brijder. Brijder maakt deel uit van de Parnassia Bavo Groep (een centrum voor psycho-medische zorg) en helpt mensen met een hulpvraag over verslavende middelen.

Brijder Midden-Holland biedt kortdurende hulp, langdurende hulp, hulp maatschappelijk participatie, hulp voor kinderen en

jongeren, hulp voor ouders en omgeving, voorlichting, preventie en trainingen. Brijder Midden-Holland biedt (nog) geen mogelijkheid tot opname in een kliniek, hiervoor wordt doorverwezen buiten de regio. Brijder biedt zorg op maat. Bij Brijder wordt het gesprek aangegaan en wordt samen met de cliënt naar de verschillende hulp- en behandelmogelijkheden gekeken. Vervolgens wordt een individueel behandeltraject opgezet.

Brijder kan via internet of telefonisch benaderd worden en ook is het te allen tijde mogelijk een afspraak te maken.

Aanmelding en hulp bij Brijder vallen onder de basisverzekering. De hulp wordt vergoed door de zorgverzekeraar. Het is wel verplicht eerst het eigen risico aan te spreken.

Zonder schriftelijke toestemming mogen en worden gegevens niet aan derden doorgespeeld. In verband met de vergoeding van de behandeling wordt de zorgverzekeraar wel ingelicht. Verder wordt de verwijzer (meestal de huisarts) op de hoogte gesteld van de inschrijving bij Brijder en over het verloop van de behandeling.

Voor een onderzoek of een behandeling van een kind van 12 tot en met 15 jaar is dubbele toestemming nodig: zowel van de ouders/voogd als van het kind zelf.

Vanaf 16 jaar liggen alle medische beslissingen bij het kind. Ouders die inzage in het dossier willen, moeten hiervoor toestemming aan hun kind vragen. Wettelijk gezien hebben ze geen recht op informatie.

## GGZ MIDDEN-HOLLAND

GGZ Midden-Holland biedt specialistische zorg en ondersteuning op het gebied van psychische en psychiatrische klachten. Er kan begeleiding en ondersteuning geboden worden, maar ook tijdelijke opvang. Afhankelijk van de situatie wordt de cliënt uitgebreid onderzocht en wordt samen, in overleg met de cliënt een behandelplan opgesteld. Spoedeisende hulp wordt ook geboden, indien de cliënt in behandeling is. Zo niet, dan is de huisarts het eerste aanspreekpunt of bij acute crisis het alarmnummer 112.

Cliënten met een alcoholprobleem komen in aanraking met de GGZ indien er sprake is van een zogenaamde 'dubbel diagnose'. Dit betekent dat er naast een alcoholprobleem ook sprake is van een psychisch of psychiatrisch probleem. Indien deze situatie zich voordoet is het belangrijk de cliënt te verwijzen naar Brijder. GGZ Midden-Holland en Brijder werken samen, er zijn echter helaas nog geen mogelijkheden voor een geïntegreerde behandeling. Welk probleem als eerste behandeling behoeft, is afhankelijk van de situatie.



## KOMPAS

Het Kompas heeft een multifunctioneel karakter en biedt onderdak, ondersteuning en faciliteiten aan dak- en thuisloze mannen, vrouwen en gezinnen in de regio Midden-Holland. In het Kompas zijn mogelijkheden voor crisisopvang, nachtopvang, begeleid wonen en interwonen. Bij interwonen kunnen mensen leren zelfstandig te wonen. In het Kompas is plaats voor 24 personen.

## KWINTES

Kwintes is een instelling voor geestelijke gezondheidszorg en maatschappelijke opvang. Kwintes biedt zorg aan mensen met langdurige psychische problemen die (nog) niet in staat zijn zelfstandig in de maatschappij te functioneren. De cliënten hebben vaak psychiatrische of psychosociale problemen, al dan niet in combinatie met een verslaving. Kwintes ondersteunt hen op het gebied van wonen, dagbesteding, werk, sociale contacten, persoonlijke verzorging, geestelijk en lichamelijk welzijn, financiën en administratie. Kwintes levert twee vormen van begeleiding: begeleiding in de thuissituatie en beschermd wonen. Kwintes is in Midden-Holland te vinden in Bodegraven, Boskoop, Gouda en Schoonhoven.

## LEGER DES HEILS

Het Leger des Heils is een opvangvoorziening die eten, drinken en een slaapplaats voor de nacht biedt. Mensen met een alcoholverslaving maken hier regelmatig gebruik van. Het Leger des Heils kan pas ingrijpen in de verslaving indien de cliënt zelf gemotiveerd is te stoppen. Ze werken veel samen met lokale en regionale instellingen voor verslavingszorg. Het Leger des Heils heeft ook zelf een ontwenningscentrum in Apeldoorn en heeft ook voorzieningen in Midden-Holland.

## MELDPUNT ZORG & OVERLAST

Bij het Meldpunt Zorg & Overlast kunnen hulpverleners, woningcorporaties, politie maar ook burgers melding doen van zorgwekkende situaties of situaties waarbij overlast van anderen wordt ondervonden. Meldingen worden behandeld door het coördinatieteam OGGZ (Openbare Geestelijke Gezondheidszorg), dat bestaat uit werknemers van het meldpunt Zorg & Overlast, GGZ Midden-Holland, Brijder, Straathoekwerk, Kwadraad (algemeen maatschappelijk werk) en het Advies- en Meldpunt Kindermishandeling. In samenwerking met het meldpunt Zorg & Overlast zorgen het coördinatieteam en de zorgnetwerken OGGZ ervoor dat de hulpverlening op gang komt door contact met de juiste instellingen te leggen. Er wordt outreachend gewerkt; de zorgverleners

zetten zich in om mensen te motiveren om hulp toe te laten. Het meldpunt heeft niet alleen een registrerende, maar ook een coördinerende rol in het toeleiden naar zorg.

Iedere burger kan een melding doen bij het Meldpunt Zorg & Overlast. Omdat om aanvullende informatie wordt gevraagd en de burger op de hoogte wordt gehouden wat er met de melding gebeurt, kan niet anoniem gemeld worden. De cliënt in kwestie krijgt echter niet te weten wie de melding heeft gemaakt.
Meldingen worden besproken in een overleg met andere hulpverleningsinstanties om passende hulp te kunnen geven. Er worden vervolgens afspraken gemaakt over wie wat doet en wanneer. Het Meldpunt Zorg & Overlast coördineert waar nodig de contacten en de afspraken tussen alle betrokkenen.

Professionals kunnen een melding doen als bijvoorbeeld:
- een cliënt niet bij een hulpverleningsinstelling behandeld wordt, maar wel hulp nodig heeft;
- iemand meer en/of andere zorg nodig heeft en deze niet goed te realiseren is;
- de hulpverlening aan een cliënt vastloopt;
- de cliënt zich aan de zorg onttrekt of intensieve zorgcoördinatie nodig is;
- de cliënt deel uitmaakt van een (gezins)situatie waarbij meerdere problemen tegelijkertijd spelen.

Bij een melding over iemand die al bij een instelling in zorg is, wordt nagegaan of deze hulpverlening voldoende is en of het probleem daar (voldoende) bekend is. Vaak kan die instelling verdere actie ondernemen. Soms is er meer of andere hulp nodig. Dat wordt dan geregeld.

## REAKT MIDDEN-HOLLAND

REAKT biedt begeleidingsprogramma's voor dagbesteding en maatschappelijk participatie. Deelnemers zijn mensen met psychiatrische en/of psychosociale problemen waardoor ze een afstand hebben tot het maatschappelijk leven. Het streven is het verkleinen dan wel opheffen van deze afstand. Het doel is om de verbinding te maken tussen de wensen en mogelijkheden van de cliënten en de eisen en verwachtingen die de maatschappij aan hen stelt. Bij REAKT kunnen mensen terecht met een combinatie van een (voormalig) verslavingsprobleem én psychiatrische of psychosociale problemen (dubbele diagnose). REAKT is in Midden-Holland te vinden in Gouda (De Steeg), Schoonhoven en Boskoop.

Het Straathoekwerk van REAKT biedt mensen met psychische problemen in combinatie met werkloosheid, schulden, dakloosheid en verslavingsproblemen de mogelijkheid om via een kortdurende ondersteuning de weg naar de juiste zorg en dienstverlenende instelling te vinden. De gesprekken met REAKT straathoekwerk kunnen plaatsvinden op hun kantoor in Gouda en aan huis, maar ook op straat.

## RIBW 't VEERHUYS

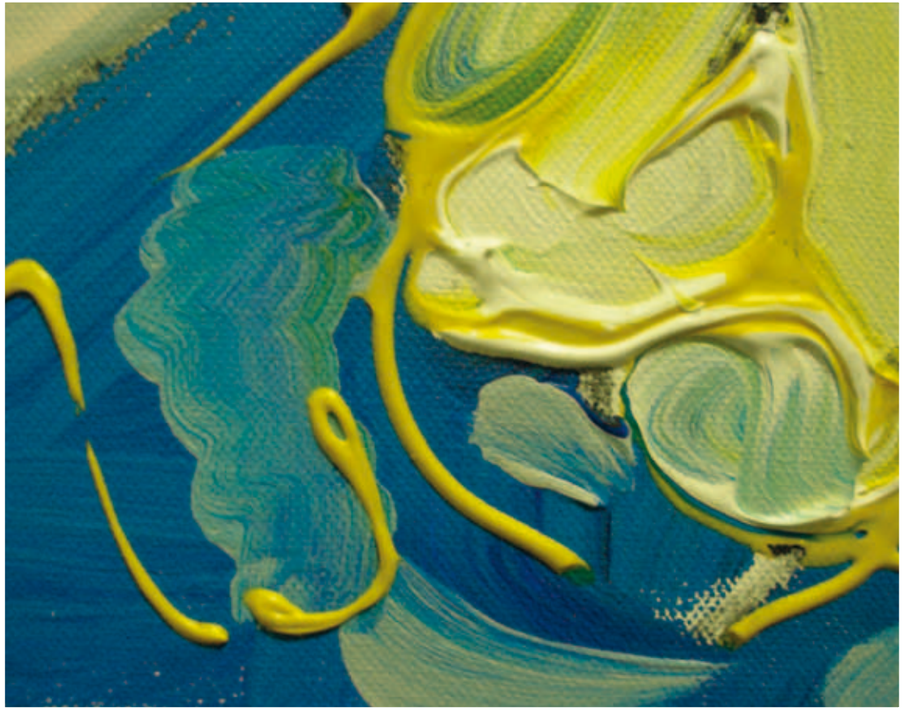
Het RIBW (Regionale Instelling voor Beschermd Wonen) 't Veerhuys is een woonvorm waar zorg en begeleiding wordt geboden aan mensen met een multiproblematiek waarbij psychiatrische problematiek en verslaving een grote rol spelen. 't Veerhuys heeft een vrij grote tolerantie voor het (sociaal onaangepast) gedrag van de cliënt. De begeleiding richt zich o.a. op: hygiëne en zelfverzorging, gedrag in de groep, psychische problematiek in relatie tot gerichte hulpverlening, zinvolle dagbesteding.

## SCHULDHULPMAATJE

SchuldHulpMaatje is onderdeel van 't swanenburghshofje. Bij SchuldHulpMaatje wordt door goed toegeruste vrijwilligers ondersteuning geboden aan mensen met financiële problemen. Zij zijn ook inzetbaar voor schuldpreventie. De schuldhulpverlening wordt door professionele instanties gedaan. De ondersteuning, denk aan motivatie, morele ondersteuning en administratieve hulp, zijn taken van de vrijwilliger. In Gouda is SchuldHulpMaatje ook aanwezig.

## 't SWANENBURGHSHOFJE

't Swanenburghs Hofje is een eeuwenoud rustiek hofje in het centrum van Gouda. Van hieruit worden mensen begeleid met maatschappelijke en/of psychosociale problemen. In de tien woningen van het hofje wordt de mogelijkheid voor tijdelijke huisvesting met begeleiding geboden. 't Swanenburghs Hofje werkt op basis van een christelijke levensvisie. Een groep enthousiaste vrijwilligers is op deskundige wijze betrokken bij degenen die een beroep op hen doen. 't Swanenburghs Hofje heeft spreekuren. Iedereen mag hier zonder afspraak binnen lopen.





# 9. ADRESSEN

## A

**Advies en Meldpunt Kindermishandeling (AMK)**
Crabethpark 24
Postbus 370
2800 AJ Gouda
T: (0182) 68 08 88
T: 0900 123 12 30 (landelijk)

**Alcohol infolijn**
T: 0900 500 20 21 (ma t/m vrij van 9.00 - 17.00 uur)
(€ 0,10 per minuut)

**Alzheimer Nederland**
Postbus 183
3980 CD Bunnik
T: (030) 659 69 00
I: www.alzheimer-nederland.nl
E: vragenformulier op de website of info@alzheimer-nederland.nl

**Anonieme Alcoholisten - Gouda**
Industriestraat 1A
2802 AC Gouda
T: (0182) 51 97 12
I: www.aa-gouda.nl
I: www.aa-nederland.nl

- *Al-anon/ Alateen Familiegroepen*
  Postbus 340
  6900 AH Zevenaar
  T: (0523) 26 72 66 / 06 10 27 13 39 / 06 83 11 96 47
  I: www.al-anon.nl
  E: info@al-anon.nl

- *Al-anon/Alateen ACA speciaal voor kinderen van alcoholisten*
  Postbus 340
  6900 AH Zevenaar
  T: 06 10 27 13 39
  I: www.al-anon.nl
  E: alateen-aca@al-anon.nl

## B

**Brijder**
IJssellaan 2-2A
2806 TK Gouda
T: 088 358 20 00 (aanmelden en informatie)
I: www.brijder.nl

• *Informatie, spreekuur en aanmelding ABC gesprekken*
T: 06 10 67 41 68
E: s.vangom@brijder.nl

• *Informatie een aanmelding informatie cursus*
T: (023) 530 74 00 (Haarlem)
T: (072) 527 28 03 (Alkmaar)

**Bureau Jeugdzorg Zuid-Holland**
*Bezoekadres:*
Crabethpark 24
2801 AP Gouda
*Postadres:*
Postbus 370
2800 AJ Gouda
T: (0182) 54 17 17
T: (070) 379 51 63 (buiten kantoor uren alleen in geval van nood)
I: www.bjzzuid-holland.nl
I: www.bureaujeugdzorg.info



## C

**Centrum Jeugd en Gezin (CJG)**
Een CJG bij u in de buurt kunt u vinden via internet of de website van uw gemeente.

**CIZ (Centrum Indicatiestelling Zorg)**
Marten Meesweg 115
3068 AV Rotterdam
Postbus 8707, 3009 AS Rotterdam
T: 088 789 14 40
I: www.ciz.nl

## G

**GGD Hollands Midden**
Vestiging Gouda
Thorbeckelaan 5
2805 CA Gouda
T: (0182) 54 56 00
E: infogouda@ggdhm.nl
I: www.ggdhm.nl
Openingstijden van ma t/m vrij van 8.30 - 17.00 uur

*Meldpunt Zorg en Overlast Midden-Holland*
T: (0182) 54 55 93 (ma, wo, vrij tussen 9.00 - 12.00 uur)
I: www.ggdhm.nl

*Steunpunt Huiselijk Geweld*
T: 0900 126 26 26 (ma t/m vrij van 9.00 - 17.00 uur)
E: huiselijk_geweld_HM@ggdhm.nl
I: www.huiselijkgeweldhollandsmidden.nl

**GGZ Midden-Holland onderdeel van Rivierduinen**
Thijsselaan 45
2803 RT Gouda
T: (0182) 56 37 00
I: www.ggzmiddenholland.nl

**Groene Hart Ziekenhuis**
Bleulandweg 10
2803 HH Gouda
T: (0182) 50 50 50
I: www.ghz.nl

## H

**Helpdesk stichting patiënt vertrouwenspersoon (PVP)**
T: 0900 44 88 88
I: www.pvp.nl
E: helpdesk@pvp.nl

**Hersenstichting**
T: (070) 360 48 16
I: www.hersenstichting.nl

**Huisarts**
Zie voor adressen internet of de gemeentegids van uw gemeente.

**Huisartsenpost (HAP)**
Bleulandweg 104
2803 Gouda
T: (0182) 32 24 88 (weekdagen van 17.00 tot 8.00 uur, in het weekend vr 17.00 tot ma 8.00 uur)
I: www.hapmh.nl

## I

**IJsselland Ziekenhuis**
Postbus 690
2900 AR Capelle aan den IJssel
T: (010) 258 50 00
I: www.ysl.nl

## K

**Korsakov Kenniscentrum**
Dreischorststraat 85
3086 PP Rotterdam
T: (010) 293 15 01 (maandag tussen 10.00 - 12.00 voor cliënten en omgeving)
T: (010) 293 15 55 (professionals)
E: info@korsakovkenniscentrum.nl
I: www.korsakovkenniscentrum.nl

**Kwadraad**
*Bezoekadres:*
Spoorstraat 2
2806 BZ Gouda
*Postadres:*
Postbus 440
2800 AK Gouda
I: www.kwadraad.nl (ook voor hulp via internet)
E: info@kwadraad.nl

*Crisisdienst Kwadraad:*
T: 088 900 4000 (tijdens en buiten kantooruren)

In iedere gemeente zijn er inloop- en telefonische spreekuren. Kijk voor de tijden en locaties op www.kwadraad.nl of bel 088 900 4000.

**Kwintes**
Hoge Gouwe 65
2801 LC Gouda
T: (0182) 52 24 35
I: www.kwintes.nl
E: mica@kwintes.nl

## L

**Leger des Heils**
Turfmarkt 111
2801 GX Gouda
T: (0182) 68 77 32
I: www.legerderheils.nl

## M

**Meldpunt Zorg en Overlast Midden-Holland**
T: (0182) 54 55 93 (ma, wo, vrij tussen 9.00 - 12.00 uur)
I: www.ggdhm.nl

## P

**Politie Hollands Midden**
Locatie Gouda
Nieuwe gouwe oostzijde 2
2801 SB Gouda
T: 0900 8844

## R

**REAKT**
Hoge Gouwe 65
2801 LC Gouda
T: (0182) 51 17 23
I: www.reakt.nl
E: Gouda@reakt.nl

- *Straathoekwerk*
  Hoge Gouwe 65
  2801 LC Gouda
  T: (0182) 51 17 23 (ma t/m vr, 9.00 - 17.00 uur)

- *REAKT Boskoop*
  Zijde 11a
  2771 EJ Boskoop
  T: 06 41 71 27 50

- *REAKT De Steeg*
  Vrouwensteeg 1
  2801 EK Gouda
  T: (0182) 52 38 25

- *REAKT Schoonhoven*
  Havenstraat 37
  2871 DX Schoonhoven
  T: (0182) 32 66 11

**Reinier de Graaf Groep**
Postbus 5011
2600 GA Delft
T: (015) 260 47 37
I: www.polikliniekjeugdenalcohol.nl

**RIBW 't Veerhuys**
Livingstonelaan 52
2803 EL Gouda
T: (0182) 54 60 22
I: www.legerdesheils-mcr.nl

## S

**Steunpunt Huiselijk Geweld**
T: 0900 126 26 26 (ma t/m vrij van 9.00 - 17.00 uur)
E: huiselijk_geweld_HM@ggdhm.nl
I: www.huiselijkgeweldhollandsmidden.nl

**Stichting Korrelatie**
T: 0900 1450 (ma t/m vr van 9.00 - 18.00 uur)
I: www.korrelatie.nl
E: vraag@korrelatie.nl
Chat hulpverlening (ma t/m vr van 9.00 - 17.30 uur)

**Swanenburghshofje**
Groeneweg 7
2801 ZD Gouda
T: (0182) 52 59 25
I: www.swanenburghshofje.nl
E: swanenburghshofje@planet.nl
Inloopspreekuur: ma en wo van 20.00 - 22.00 uur
en vr van 14.00 - 16.00 uur

## V

***Verpleeghuizen***

**Saffier De Residentiegroep**
Verpleeghuis De Lozerhof,
bijzondere zorg-Korsakovcentrum
Randveen 64
2544 RP Den Haag
T: (070) 308 23 08
E: info@saffierderesidentie.nl
I: www.saffierderesidentie.nl

**Zorggroep Rijnmond**
Verpleeghuis Slingedael,
centrum voor Korsakov
Slinge 901
3086 LP Rotterdam
T: (010) 293 15 55
E: slingedael@zorggroeprijnmond.nl
I: www.zorggroeprijnmond.nl

**Verpleeghuis het Parkhuis**
afdeling Korsakov
Haaswijkweg Oost 69a
3319 GB Dordrecht
T: (078) 622 00 00
E: info@hetparkhuis.nl
I: www.hetparkhuis.nl

## Z

**Zorgvragers Organisatie GGZ (ZOG) Midden-Holland**
Hoge Gouwe 65
2801 LC Gouda
T: (0182) 51 90 60
I: www.zogmh.nl
E: zogmh@zogmh.nl

- *Steun en Informatiepunt (STIP)*
  Hoge Gouwe 65
  2801 LC Gouda
  T: (0182) 54 98 13
  I: www.zogmh.nl
  E: stipgouda@zogmh.nl

- *Inloopspreekuur Gouda: ma t/m vr, 11.00 - 16.00 uur*
  Bovengenoemd adres

- *Inloopspreekuur Schoonhoven: woensdag, 9.00 - 11.30 uur*
  Havenstraat 37
  2871 DX Schoonhoven
  T: (0182) 38 63 48
- *Straatadvocaat*
  T: (0182) 51 90 60 (dinsdag en vrijdag, 9.00 - 16.00 uur)
  T: 06 22 14 46 89
  E: straatadvocaat@zogmh.nl

- *Herstelgroep*
  Hoge Gouwe 65
  2801 LC Gouda
  T: (0182) 54 98 13

**Zorgpartners Midden-Holland**
Postbus 737
2800 AS Gouda
T: (0182) 71 12 00
I: www.zorgpartners.nl
E: info@zorgpartners.nl

*Voor mensen die in aanraking komen met problematisch alcoholgebruik bestaat er een bijzonder uitgebreid informatie- en zorgaanbod. Het valt niet mee om daarin de weg te vinden. Daarom hebben zorgaanbieders in Midden-Holland de handen ineen geslagen om een overzicht te maken van alle voorzieningen. Het resultaat: de Alcohol-zorggids Midden-Holland. De gids is bedoeld voor zowel mensen die in het persoonlijk leven met problematisch alcoholgebruik te maken hebben als voor hen die daar beroepshalve bij betrokken zijn.*