UilenSpiegel

- biedt ontmoetingskansen voor **lotgenoten**
- geeft **informatie**
- doet aan **sensibilisering** en **belangenbehartiging**
- bevordert **participatie**
- stimuleert **ervaringsdeskundigheid** en **herstel**

KRONKELPRIJS

Schuilt er een dichter in jou?
Neem dan deel aan de Kronkelprijs, onze jaarlijkse poëziewedstrijd. Jaarlijks bekroont UilenSpiegel tien laureaten.

Word lid voor slechts 5 euro per jaar!

LEDENVOORDELEN

- 4 keer per jaar ontvang je het tijdschrift Spiegel
- gratis deelname aan onze regionale activiteiten en gespreksgroepen*
- korting bij deelname aan het UilenSpiegelweekend
- je ontmoet lotgenoten en kan je ervaringen delen
- je stem wordt gehoord samen met die van de andere leden
- je maakt deel uit van een groep (ex-)patiënten die opkomen voor hun rechten

* niet-leden betalen 2 euro per deelname

Raadpleeg onze website voor informatie over het aanbod aan activiteiten in jouw regio

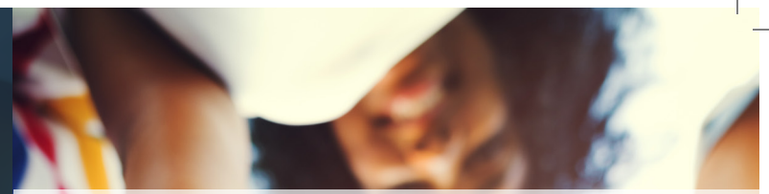
www.uilenspiegel.net

Vind ons op Facebook
www.facebook.com/uilenspiegel

UilenSpiegel vzw
Hovenierstraat 45
1080 Brussel
Tel. 02 410 19 99
www.uilenspiegel.net

mail: info@uilenspiegel.net
bank: IBAN BE34 0015 1222 9390

Verantwoordelijke uitgever: Ingrid Jongeneelen, Weebroekweg 8A/19, 3071 Erps-Kwerps



Hoe voel je je vandaag?

UilenSpiegel, vereniging voor mensen met een psychische kwetsbaarheid

www.uilenspiegel.net

LOTGENOTENCONTACT

UilenSpiegel organiseert activiteiten waar lotgenoten elkaar kunnen ontmoeten en ervaringen kunnen uitwisselen, waaronder ontspannende activiteiten, thematische gespreksgroepen, een ledendag en het niet te missen jaarlijkse UilenSpiegelweekend.

INFORMEREN

UilenSpiegel biedt informatie via haar website, tijdens infosessies rond bepaalde thema's zoals 'gedwongen opname' en 'patiëntenrechten', via haar digitale nieuwsbrief en haar tijdschrift Spiegel. Het tijdschrift bevat nieuws uit de vereniging, interessante artikels geschreven voor en door mensen met een psychische kwetsbaarheid en de activiteitenagenda.

SENSIBILISEREN

UilenSpiegel vindt het belangrijk om het taboe en stigma rond psychische kwetsbaarheid te doorbreken. Onze vrijwilligers brengen getuigenissen in o.a. (hoge) scholen en universiteiten en in verschillende media. UilenSpiegel werkt samen met initiatieven die acties rond sensibilisering ondernemen.

BELANGENBEHARTIGING

Patiëntenvertegenwoordiging: de vrijwilligers van UilenSpiegel zijn actief in allerlei overlegorganen waar zij als ervaringsdeskundigen de stem van de patiënt/cliënt/gebruiker laten meetellen.

Rechtsbescherming: UilenSpiegel vindt het belangrijk dat de mensenrechten worden gerespecteerd en dat de patiëntenrechten worden toegepast.

PARTICIPATIE BEVORDEREN

UilenSpiegel wil participatie bevorderen op alle niveaus, gaande van inspraak in het eigen zorgplan tot deelname aan het beleid.

De wereld van de geestelijke gezondheidszorg is stilaan aan het veranderen. De patiënt wordt steeds vaker betrokken en zijn stem wordt steeds meer gehoord: een evolutie die we toejuichen.

UilenSpiegel neemt actief deel aan de hervorming van de geestelijke gezondheidszorg gericht op vermaatschappelijking van de zorg.

ERVARINGSDESKUNDIGHEID EN HERSTEL

UilenSpiegel onderschrijft de herstelvisie die in opmars is binnen de geestelijke gezondheidszorg. Herstellen staat niet gelijk aan genezen: het is een persoonlijk, uniek proces waarbij iemand de draad weer tracht op te pakken en zijn leven opnieuw inhoud en richting geeft, op eigen ritme en volgens eigen draagkracht.

Het opbouwen van ervaringsdeskundigheid kan helpen bij herstel. UilenSpiegel organiseert jaarlijks een basiscursus ervaringsdeskundigheid.

WORD VRIJWILLIGER

UilenSpiegel is een vrijwilligersorganisatie. Als vrijwilliger kan je een reële bijdrage leveren aan de vereniging en lotgenoten helpen: een wandeling organiseren, deelnemen aan een werkgroep, een beursstand bemannen, een praatgroep begeleiden enz.
Je wordt in je werk ondersteund door vormingen en in intervisiegroepen. Werken als vrijwilliger kan ook je eigen herstel bevorderen.