

Nieuwsbrief

december 2020



Inhoud:

- Fijne feestdagen
- Dicht
- Vrijwilliger aan het woord
- Appeltjes van oranje
- Verhaal
- Wist je dat...



Wij wensen U een gelukkig en
gezond 2021
Team Ismes

**VOLG ONS NU
op:**

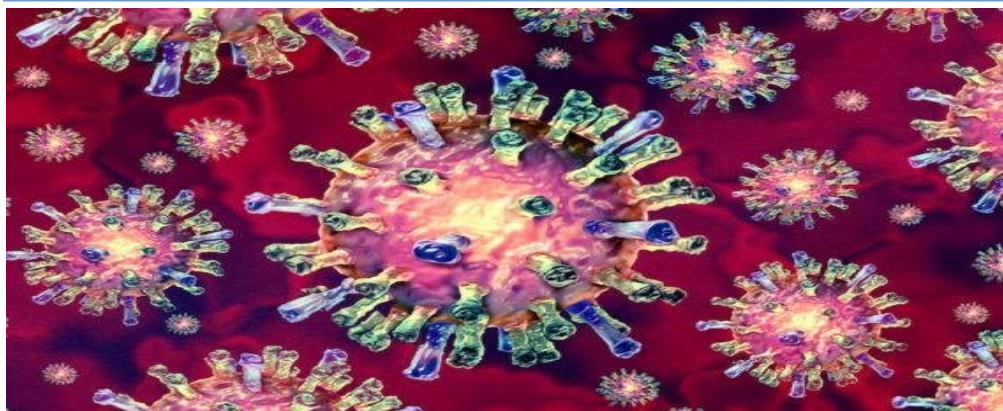
 **facebook**

Stichtingismes

 **Instagram**

Stichtingismes

Nieuwtjes



Corona update 14-12-2020

***n.a.v de speech 14-12-2020 19u van Premier Rutte
zijn wij van Stichting Ismes genoodzaakt wederom onze
deuren te sluiten.***

***Dit gaat per direct in tot iig 19 januari 2021
De week hiervoor zal er een persconferentie zijn met hoe
we er landelijk voor staan en hoe verder na 19 januari***

***Wij betreuren dit enorm omdat "Verbinding" juist in onze
groep van levensbelang kan zijn en is.***

***Voor de meetings die bij ons nu plaatsvinden zal door de
mensen met een servicepositie een alternatief gezocht
worden. Wellicht zoals voorheen via Zoom.***

***Houdt onze site www.ismes.nl, Ismes Facebook pagina en
Instagram in de gaten voor updates en nieuws.***

***Geef dit bericht ook vooral door in alle "herstel" apps voor
hen die geen social media hebben of gebruiken.***

***Laten we samen op afstand toch blijven zorgen en
aandacht houden voor elkaar, opdat we in 2021 elkaar
weer kunnen ontmoeten, verbinden, herstellen en elkaar
vasthouden...***

***Wij wensen iedereen kracht sterkte en ook liefde en
warmte toe de komende tijd en vooral een mooi en gezond
2021***

Stichting Ismes 

Mag ik mezelf even voorstel- len?

‘Mijn naam is Bart (38) en ik ben verslaafd. Ik ben geboren in Nijmegen en woon sinds ik twee jaar in Wijchen. Ik kom uit een heel fijn gezin, ik heb nog een broertje die twee jaar jonger is dan ik en mijn ouders zijn al meer dan 30 jaar getrouwd.’

Als ik terug kijk naar mijn actieve verslaving is dat eigenlijk al op jonge leeftijd begonnen. Ik kon moeilijk met emoties en verdriet omgaan en vanuit huis werd daar ook niet over gesproken. Ik heb mijn jeugd als heel prettig ervaren en had veel vriendjes, heb daardoor mijn basisschool periode met veel plezier doorlopen. Toen ik naar de middelbare school ging begon ik te experimenteren met drugs. Ik wilde graag ergens bij horen en door iedereen aardig gevonden worden. Toen ik 16 jaar was begon ik te experimenteren met XTC en rookte ik regelmatig weed. Ook kwam ik via een klasgenoot in aanraking met het draaien van dance muziek. Ik besloot daarom ook zelf draaitafels aan te schaffen en begon met het draaien van plaatjes. In het begin was dat nog voornamelijk op mijn slaapkamer maar begon na verloop van tijd steeds meer boekingen te krijgen en draaide in binnen en buitenland. Ook ging ik in die tijd steeds meer naar dance events en festivals.

Toen ik op mijn 18e mijn havo diploma haalde, stond ik voor de keuze om een vervolg opleiding te zoeken. Ik ben meerdere malen een studie begonnen maar nooit afgemaakt. Ik besloot daarom om door de weeks een baantje te zoeken en in de weekeinden draaide ik plaatjes en ik stond vaak op het podium met grote namen uit de dance scene. Echter begon mijn drugs gebruik ook toe te nemen. Ik was een jaar of 25 toen ik voor het eerst Cocaïne probeerde en het gebruik daarvan begon langzamerhand ook toe te nemen. Tot ik op een punt kwam dat ik op mijn werk niet meer kon functioneren en me steeds vaker ziek begon te melden. Ook ging er geen boeking voorbij zonder dat ik mijn middel in mijn zak had. Het kaartenhuis begon langzaam uit elkaar te vallen en werd ontslagen op me werk. Achteraf gezien wist ik niet goed wat ik wilde in mijn leven en had geen toekomst perspectief en zocht daarom mijn vlucht in drank en drugs en het snelle leven in de dance scene. Op mijn 29e besloot ik dat dit zo niet langer kon en vloog naar Zuid Afrika voor een klinische behandeling van 3 maanden.

Toen ik in Zuid Afrika kwam, wist ik niet goed wat ik kon verwachten, maar ik was wel bereidwillig om er voor te gaan en rondde vol goede moed mijn behandeling af en keerde terug naar Nederland. In die tijd heb ik ook met pijn in me hart afscheid genomen van mijn carrière als dj en had mijn gebruikersvrienden uit me leven geknipt. Het leven ging me weer voor de wind en ik vond een nieuwe baan waar ik erg veel plezier in had en leerde me ex vriendin kennen. Echter na verloop van tijd ging ik steeds minder naar meetings en dacht dat ik het zelf allemaal wel weer kon, had het immers toch weer goed voor elkaar. Het was daarom ook een kwestie van tijd totdat ik weer begon met drinken. En na verloop van tijd kwam



Vrijwilliger aan het woord

**“Don’t be ashamed
to tell your story, it
will inspire others”**

Toen ik na 4 weken uit de kliniek kwam, begon ik langzamerhand weer met werken. Eerst met halve dagen, maar dat ging al redelijk snel weer omhoog naar meer dagen in de week terwijl mij het advies werd gegeven zet je herstel op 1 en doe rustig aan met werken. Ik voelde me schuldig omdat ik bijna een jaar in de ziektewet had gezeten en als we mensen tekort kwamen op het werk voelde ik me daarom genoodzaakt om extra te werken om van dat schuldgevoel af te komen.

Doordat ik vaak vrij moest hebben voor mijn nazorg werd dat steeds vaker een probleem en werd mij verteld dat daar een aantekening van kwam in mijn dossier en dat ik een dossier aan het opbouwen was op deze manier. Tot ik op een dag gebeld werd door de hoogste baas van mijn werk en hij vroeg of ik naar het kantoor kon komen. Er was iemand ingeschakeld om mij te beoordelen over mijn werkzaamheden binnen het bedrijf en daar voldeed ik niet aan en met de rest van de aantekeningen in mijn dossier werd ik op staande voet ontslagen. Die zag ik dus niet aankomen na bijna 9 jaar in vaste dienst te hebben gewerkt. Ik kwam dus thuis te zitten en vrij kort daarna overleed een vriend van me die ik al van kleins af aan kon. Dit werd me allemaal teveel en hoewel ik wist wat ik moest doen kon ik het niet aan en vluchtte ik weer in drank en drugs. Deze terugval heeft 3 maanden geduurd en ik kwam er zelf niet meer uit en wist dat ik weer hulp nodig had. Ik heb toen contact opgenomen en ben op 8 maart naar Thailand gevlogen voor een klinische behandeling, daarna nog een ambulante behandeling in Heerlen en een verblijf in het safe house in Schaijk.

Mijn naam is Bart en ben nu 9 maanden in Herstel.



Appeltjes van oranje

Wij doen mee aan appeltjes van oranje!



In oktober hebben wij een uitnodiging gekregen van het Oranje Fonds om als Ismes mee te doen met de Appeltjes van Oranje.

Na het invullen van een aanmeldingsformulier kregen we in november de volgende brief:

Beste heer Geurtsen,

Wat is het een eer dat ik jou kan vertellen dat jullie initiatief is geselecteerd voor de tweede ronde in de race om een Appeltje van Oranje. Gefeliciteerd!

De tweede ronde bestaat uit een Stemtiendaagse van 11 tot en met 20 januari. Daarna volgt een Landelijke Online Finaledag op 28 januari. Graag vertel ik je in deze mail over de **volgende stappen** op weg naar het felbegeerde Appeltje.

Op 11 januari start de Stemtiendaagse. Hierin voeren wij samen met jou campagne om zo veel mogelijk stemmen uit het hele land te verzamelen. Via een speciale stemwebsite informeren we het Nederlandse publiek over alle veertig kanshebbers. We presenteren jullie project op basis van een video, een korte beschrijving en ingezonden foto's. Hiervoor hebben we uiteraard materiaal van jullie nodig. **Binnen enkele dagen ontvang je hierover meer informatie, inclusief een afvinklijst.** Uiteindelijk ontvang je een campagnetoolkit met tips om van de Stemtiendaagse een groot succes te maken.

De Stemtiendaagse: 11 t/m 20 januari

Hiervoor hebben we heel veel stemmen nodig en hopen op jullie steun tegen die tijd. We houden jullie hierover op de hoogte.



Verhaal



Heerlijk om vandaag weer binnen te kunnen wandelen bij het Ismes Huis.

Weerzien met vrienden uit herstel en verbinden met mensen die je echt zien en je nemen zoals je bent.... hoe mooi is dat!

En zo belangrijk om zo'n plek te hebben, in ieder geval voor mij.

Toen in november de Corona maatregelen aangescherpt werden moesten de deuren van het Ismes huis helaas ook sluiten.

Ondanks dat ik inmiddels alweer een mooi sociaal netwerk heb opgebouwd voelde ik na de eerste week langzaam een gevoel van eenzaamheid en somberheid opkruipen wat ik aan de donkere dagen en het slechte weer wijten. Om me enkele dagen later te realiseren wat de echte oorzaak was.

"Je weet pas wat je mist als het er niet meer is" is voor mij een hele duidelijke in dit geval.

Even ergens binnen kunnen lopen waar je warm ontvangen en begrepen word. Waar mensen je zien, naar je luisteren en er voor je zijn. Waar je mag lachen en mag huilen. Waar je gewoon mag zijn.

Corona heeft mij nog meer laten beseffen hoe waardevol dit is.

Ik ben het Ismes huis en de vrijwilligers hier ontzettend dankbaar voor.





Ismes Huis
Brede Haven 26
5211 TL
Den Bosch
06-22702736

info@ismes.nl
www.ismes.nl

Sociale media:

stichtingismes



stichtingismes



Na deze strenge lock-down hopen we weer terug te kunnen naar een open en gezellig Ismes Huis.

Wist je dat

- **Het Ismes Huis door de week open is op maandag t/m vrijdag van 10.00 uur—14.00 uur.**
- **Dat er verschillende meetings in het Ismes Huis zijn:**
 - Maandag van 13:00 tot 14:30 uur Open NA meeting
 - woensdag van 13:00 tot 14:30 uur Open AA meeting
 - Donderdag van 13:00 tot 14:30 uur Open NA meeting
 - Vrijdag van 13:00 tot 14:30 uur Open NA meeting
 - Zaterdag 10:00 uur tot 11:00 uur NA discussie meeting
- **Dat je zomaar kunt binnen wandelen om met een kopje koffie even bij te komen van de drukte van alle dag of een gesprekje kunt voeren met een lotgenoot.**
- **Dat je je kunt aanmelden voor de meetings door naar het Ismes huis te bellen.**
- **Dat je onze website een keer kunt bezoeken om meer te weten te komen over ons. www.ismes.nl**

www.ismes.nl

Stoppen doe je zelf, maar niet alleen