



# 'de kracht van een stabiel kennisnetwerk'

## Jubileumcongres Kenniscentrum Bipolaire Stoornissen – vrijdag 20 september 2019

In Nederland hebben naar schatting 300.000 mensen een vorm van bipolaire stemmingsstoornis en ongeveer 60.000 zijn daarvoor in zorg bij de GGZ. Wat doen we voor hen? En wat kunnen we beter doen? Dat is de missie van KenBIS, een netwerkorganisatie actief in heel Nederland. Dat doen wij al 10 jaar in de huidige vorm, voortbouwend op een lange traditie. Daarin trekken wij op met GGZ-instellingen, academische centra en de patiëntenvereniging. Dit krachtige netwerk zetten wij graag voor u op de kaart met dit jubileumsymposium. Vier internationale top sprekers en 16 workshopleiders zorgen voor een inspirerend programma, zowel vanuit een wetenschappelijk als een praktijkgericht perspectief. Behandelars, ervaringsdeskundigen en onderzoekers zetten samen de toon. Dat is KenBIS. U bent van harte uitgenodigd om mee te doen, op 20 september, en daarna!

### Over KenBIS

Het Kenniscentrum Bipolaire Stoornissen streeft ernaar in Nederland de zorg voor mensen met een bipolaire (manisch-depressieve) stemmingsstoornis te verbeteren. Een tweede doel is de meest actuele kennis over deze aandoening te verzamelen, ontwikkelen en verspreiden. Het Kenniscentrum, kortweg KenBIS, bundelt de deskundigheid van gespecialiseerde professionals, patiënten en naastbetrokkenen. Het nodigt professionals uit deel te nemen aan een groeiend netwerk van academische en psychiatrische centra en de patiëntenvereniging Plusminus. De partners in het netwerk bouwen samen aan de kwaliteit van diagnostiek en behandeling. KenBIS werd in 2009 het vervolg op de Lithium Plus Werkgroep, actief sinds de jaren '80. Sinds 2013 is KenBIS erkend als chapter van de International Society for Bipolar Disorders (ISBD).

### About KenBIS

KenBIS (Kenniscentrum Bipolaire Stoornissen) is a network organization of 21 clinical and research institutions throughout the Netherlands, all dedicated to the care for people with bipolar disorder. It was officially founded in 2009, but had evolved from the Lithium Task Force (Lithium Plus Werkgroep), a group of professionals and researchers that had been involved in bipolar disorders and regularly met since the late 1980's. The mission of KenBIS is improving care for patients, spreading knowledge, and facilitating research on bipolar disorders. The group meets four times per year in a business and a scientific meeting at one of the participating centers. KenBIS organizes trainings and seminars, and has a close collaboration with the patient organization plusminus. Since 2013, KenBIS is the official Dutch chapter of the International Society for Bipolar Disorders (ISBD).

# De kracht van een stabiel kennisnetwerk

## Programma

09.00 uur	ontvangst en inschrijving
09.30 uur	opening congres <i>Ralph Kupka, voorzitter KenBIS</i>
09.45 uur	plenair programma IGSLI sprekers
10.45 uur	pauze
11.15 uur	vervolg plenair programma IGSLI sprekers
12.30 uur	lunch
13.30 uur	voordracht winnaar 'Willem Nolen Prijs 2019'
13.45 uur	workshopronde 1
14.45 uur	pauze
15.15 uur	workshopronde 2
16.15 uur	wrapup congres <i>Malou van Hintum, Henk Mathijssen en Ralph Kupka</i>
16.30 uur	feestelijke afsluiting

### Sprekers plenair ochtendprogramma (*Engels*)

- Anne Duffy (Canada)** – The developmental trajectory of emerging bipolar disorder in high-risk offspring: Latest observations from the Canadian Flourish high-risk study
- Tomas Hajek (Canada)** – Neuroprotective effects of Lithium, food for thought
- Marylou Selou (USA)** – Bipolar dealt me lemons, but Lithium turned them into lemonade
- Alan Young (United Kingdom)** – Myths about mood disorders

### Workshopleiders middagprogramma (*Nederlands*)

- Gezamenlijke besluitvorming in de dagelijkse praktijk**  
Rocco Hoekstra en Henk Mathijssen
- Openheid over kwetsbaarheid en veerkracht**  
Fleur van der Bij en Jaap van Weeghel
- Bipolaire stoornis en relaties; een spannend paar**  
Eline Regeer, Susanne Demacker, Joma Prinsen en Edwin.
- Bipolaire stoornissen in de verschillende levensfasen**  
Anja Stevens, Annemieke Dols en Esther Mesman
- Wie ben ik? Over de filminterventie en het zelfbeeld**  
Manja Koenders en Peter Goossens
- Praten over pillen: dilemma's in de farmacotherapie**  
Ralph Kupka, Petra d'Huy en Chris Nijboer

Cultuurcentrum Griffioen VU, Uilenstede 106, 1183 AM Amstelveen  
Aanmelden via [www.kenbis.nl](http://www.kenbis.nl)

# workshops

## Workshop 1

### Gedeelde besluitvorming in de dagelijkse praktijk

In de workshop wordt stilgestaan bij het belang van gedeelde besluitvorming ('shared decision making'). Naar ons idee kan dit een belangrijke bijdrage leveren aan de motivatie voor behandeling. Als behandelaar en patiënt in gezamenlijkheid beslissen zal dat uiteindelijk de therapeutrouw en dus de prognose verbeteren.

Besproken wordt wat dit kan betekenen voor de behandelaar (moeten gesprekken nu opeens geheel anders verlopen?) en voor de patiënt en zijn naasten ('U heeft er toch voor doorgeleerd? Wat weet ik er nu van?'). Verschillende hulpmiddelen, waarmee gedeelde besluitvorming kan worden vormgegeven, worden getoond en toegelicht.

## Workshop 2

### Openheid over kwetsbaarheid én veerkracht

In onze samenleving is de kennis over psychische aandoeningen doorgaans gering en hebben mensen met een psychische aandoening bij velen een negatieve reputatie. Voor veel (ex-)GGZ-cliënten is stigmatisering een dagelijkse bron van zorg. Zij zitten met vragen als: 'hoe open kan ik zijn over mijn aandoening?' en 'hoe kan ik dit het beste aanpakken in verschillende situaties?'

Toch doet de ggz maar weinig met het stigmaprobleem: we geven wel psycho-educatie, maar geen 'stigma-educatie'. Dit komt mede omdat er ook onder ggz-hulpverleners veel 'stigma-onwetendheid' is. Na een inleiding door Jaap van Weeghel en Fleur van der Bij gaan zij met de deelnemers in gesprek over hoe je stigmatisering kunt herkennen bij jezelf en hoe een goed stigma-educatieprogramma eruit zou kunnen zien. Deelnemers kunnen een interactieve workshop verwachten met kennisoverdracht, discussie en samen zoeken naar bruikbare handvatten voor de zorgpraktijk.

## Workshop 3

### de bipolaire stoornis en relaties; een spannend paar

In deze workshop zal in gegaan worden op de invloed van de bipolaire stoornis op relaties, en dan specifiek partner relaties. Een stemmings-episode leidt veelal tot stress en veranderingen binnen een relatie.

Degene met de bipolaire stoornis verandert in zijn doen en laten en na een episode blijft angst voor terugval vaak bestaan. De partner gaat steeds meer als 'signaalpersoon' fungeren en zijn of haar eigen leven en bezigheden worden op een laag pitje gezet. We starten de workshop met ervaringsdeskundige Edwin die met u zal delen welke moeilijkheden en mooie dingen hij is tegen is gekomen in de relatie met zijn vrouw samenhangend met de bipolaire stoornis. Vervolgens vertellen wij over een groepsinterventie die bij Altrecht Bipolair is ontwikkeld voor stellen die ervaren dat zij problemen in hun relatie hebben als gevolg van de bipolaire stoornis. Deze groep heeft tot doel de omgang met de bipolaire stoornis door patiënt en partner te verbeteren.

## Workshop 4

### de bipolaire stoornis in de verschillende levensfasen

In deze workshop besteden we specifiek aandacht aan drie verschillende levensfasen, te weten de fase van de adolescentie, de fase van kindermens en zwangerschap en de fase van oudere volwassenen. Aan de hand van casus en behandelaanbod gaan we in discussie wat specifieke aandacht behoeft bij deze drie doelgroepen.

Tijdens deze workshop doen de aanwezigen kennis op ten aanzien van de specifieke behandel(om)mogelijkheden voor deze drie doelgroepen, wat deze doelgroepen specifiek maakt en waar, in aansluiting op de richtlijn bipolaire stoornissen, mogelijk extra aandachtpunten liggen.

## Workshop 5

### Wie ben ik? Over de filminterventie en het zelfbeeld

Om, in geval van een klinische opname, de medewerkers van deze afdelingen kennis te laten maken met de 'gezonde' mens is de filminterventie ontwikkeld. Hierbij wordt aan de hand van een script een korte film opgenomen waarin de patiënt met de bipolaire stoornis zichzelf presenteert wanneer hij stabiel is. Uit een kwalitatieve studie naar de ervaringen van patienten met het opnemen van de film bleek dat sommige mensen twijfelen aan het feit of ze 'zichzelf' wel laten zien. Of dit echt hun stabiele zelf is wat ze presenteren. Ook twijfelen mensen die al lang te kampen hebben met de bipolaire stoornis nog wel eens aan wie ze nu werkelijk zijn. Ze zijn de stabiele mens en hun eigenheid soms uit het oog verloren. In de workshop wordt u de filminterventie gepresenteerd, de dilemma's en de betekenis ervan, en bespreken we het voorkomen van zelfbeeldproblematiek bij bipolaire stoornissen, de aard ervan en de mogelijkheden voor behandeling.

## Workshop 6

### Praten over pillen: dilemma's in de farmacotherapie

De langdurige behandeling van bipolaire stemmingsstoornissen met medicatie levert veel vragen en dilemma's op bij zowel de patiënt als de behandelaar. Is die medicatie wel nodig? Hoe lang dan? Hoe ga je om met hinderlijke bijwerkingen? Is medicatie op den duur niet schadelijk? Werkt het nog wel als je ermee gestopt bent en weer wilt beginnen? Dergelijke vragen horen bij de behandeling, en verdienen veel aandacht. Uiteindelijk bepaalt iedereen zelf of hij doorgaat met de voorgeschreven medicatie. In deze workshop wordt dit thema ingeleid aan de hand van enkele korte vignettes uit de dagelijkse praktijk, en wordt het vanuit de perspectieven van de patiënt en van de behandelaar besproken.

Na afloop van de workshop hebben de deelnemers inzicht in een aantal van de belangrijkste dilemma's vanuit het perspectief van de patiënt en de behandelaar, en hebben handvatten om dit onderwerp in de eigen behandelpraktijk ter sprake te brengen.



'de kracht van een stabiel kennisnetwerk'

# sprekers ochtendprogramma

## Ralph Kupka (The Netherlands)

Ralph Kupka, MD, PhD, is Professor of Bipolar Disorders at the Amsterdam UMC, VU Medical Center, and works as a psychiatrist at specialized outpatient clinics of GGZinGeest and Altrecht. His main research interest is in the long term course and treatment of bipolar disorders.

He is co-founder and chair of KenBiS (Kenniscentrum Bipolaire Stoornissen), the Dutch Foundation for Bipolar Disorders.

## Tomas Hajek (Canada)

Tomas Hajek, MD, PhD, received his M.D. and Ph.D. in neuroscience from Charles University, Prague, Czech Republic. He is a Full Professor of Psychiatry at the Dalhousie University in Halifax, Canada, and works at the University Mood Disorders Clinic. His main research interest lies in investigating effects of various clinical variables, including genetic predisposition, illness burden, comorbid metabolic disorders and exposure to medications on brain structure in patients with bipolar disorders. In addition, Dr. Hajek collaborates with the International Group for Study of Lithium Treated Patients (IGSLi) on a multicentre project investigating neuroprotective effects of lithium.

## Allan Young (United Kingdom)

Allan Young, MD, PhD, is Professor of Psychiatry and Chair of Mood Disorders at King's College London, United Kingdom, where he is also Director of the Centre for Affective Disorders within the Department of Psychological Medicine in the Institute of Psychiatry. Professor Young's research interests focus on the cause and treatments for severe psychiatric illnesses, particularly mood disorders. He is a member of numerous professional and scientific societies. He is currently President of the International Society for Affective Disorders and President Elect of the British Association of Psychopharmacology.

## Anne Duffy (Canada)

Anne Duffy, MD, PhD, is Professor of Psychiatry at Queens University Faculty of Health Sciences, Kingston, Ontario, Canada. Her clinical and research focus lies on understanding risk pathways and onset of psychopathology, in particular mood-disorders, in high-risk youth and university students.

Her clinical research work is based out of the University of Ottawa Health Services (UOHS) and Queen's Student Health Services. Dr. Duffy has been invited as a Visiting Research Fellow at Oxford University to develop an international collaborative network of student mental health research. She is currently the Vice President of Research for the International Society for Bipolar Disorders (ISBD).

## Marylou Selou (USA)

Marylou Selou was born in Bolivia, grew up in Holland and studied in Geneva, Switzerland and at Georgetown University in Washington, D.C., where she obtained her Diploma as Conference Interpreter and Translator for Dutch, German, English, French, and Spanish. Since 1963 her main home has been New York City. Since Marylou was diagnosed with bipolar illness in 1976 she has been a patient advocate in the United States and Europe. She is a co-founder of the Mood Disorder Support Group of New York, Inc. and of DBSA (then the NDMDA) headquartered in Chicago. She served as a Board Member of both organizations. Following the suicide of her father in 1993 Marylou also became active in suicide prevention and destigmatization of mental illness. In 1994 she founded the Werner Alfred Selou Foundation in Switzerland, and with a group of fellow-patients she founded Equilibrium, a self-help organization in Switzerland. She was president of the Global Alliance of Mentally Ill Advocacy Networks (GAMIAN). In 2014 she received the first Aretäus Award for outstanding advocacy work from the German Society of Bipolar Disorders DGBS., and in 2016 the prestigious ISBD Mogens Schou Award for Advocacy and Public Awareness.



The IGSLi was founded in 1988 by Mogens Schou (Aarhus, Denmark), Bruno Müller-Oerlinghausen (Berlin, Germany), and Paul Grof (Ottawa, Canada).

The chief goal of the group was to work on controversial topics related to lithium treatment using excellent methods and working with a large number of patients – something that could only be accomplished with a multicentre approach.

Today, 38 centers in Europe, Canada and the USA are involved with IGSLi. These centres all have long and outstanding experience in the long-term treatment of patients with affective disorders with lithium. The members meet once a year at a research conference to plan and discuss running projects and to prepare publications. These conferences are regularly accompanied by a teaching seminar and public lectures.

The IGSLi is dedicated to a European research tradition characterized by precise documentation and analysis, as well as by the long-term commitment and cooperation of members and staff.



## Workshop 1

### Gedeelde besluitvorming in de dagelijkse praktijk

**Rocco Hoekstra** is sinds 2000 werkzaam op de polikliniek voor bipolaire stoornissen van het voormalige Delta Psychiatrisch Centrum, thans Antes te Rotterdam. In 2007 is hij gepromoveerd op een onderzoek naar immunologische en biochemische aspecten van stemmingsstoornissen. Zijn aandachtsgebieden zijn thans het gebruik van lithium, patiëntparticipatie en patiëntenvoorlichting. Over deze thema's heeft hij nationaal en internationaal gepubliceerd. In 2018 is hem de Fred Bos Prijs uitgereikt door patiëntenvereniging Plusminus voor zijn bijdrage aan de zorg voor de bipolaire patiënt.

**Henk Mathijssen** is sinds 2017 voorzitter van patiënten- en naastenvereniging Plusminus- leven met bipolariteit. Hij heeft dertig jaar ervaring in het Human Resources werkveld. Naast zijn voorzitterschap is Henk Mathijssen één dag per week werkzaam voor de Parnassiagroep als ervaringsdeskundige voor het patiëntenperspectief. Henk Mathijssen is ook lid van de Raad van Toezicht van Regionale Cliëntenorganisatie 'de Hoofdzaak'.

## Workshop 2

### Openheid over kwetsbaarheid en veerkracht

**Fleur van der Bij** (1981) is journaliste, historica en schrijfster.

Ze publiceerde onder meer in het Dagblad van het Noorden en de Volkskrant. Op het internationale hoofdkantoor van postercollectief Loesje werkte ze als creatief activiste.

Ze debuteerde in 2018 met het veelgeprezen 'De Nijl in mij' dat werd genomineerd voor de VPRO Bob den Uyl prijs. In 2019 verscheen haar tweede boek 'Verkeersslachtoffers 22/10; Op zoek naar de man die mijn zusje doodreed'. Een moedig en maatschappelijk bevlogen boek dat dader en slachtofferschap ontstijgt.

Prof. dr. **Jaap van Weeghel**, andragoloog, heeft een groot aantal onderzoeksprojecten geleid en publiceerde veelvuldig, zowel in Nederlandse als in Engelstalige peer-reviewed tijdschriften, over herstel, maatschappelijke ondersteuning en sociale acceptatie van mensen met ernstige psychische aandoeningen. Sinds mei 2006 is hij als stafmanager zorgontwikkeling en onderzoek verbonden aan het zorgbedrijf Parnassia. Op 1 september 2009 werd hij aan de Universiteit van Tilburg benoemd op de bijzondere leerstoel Rehabilitatie en maatschappelijke participatie van mensen met ernstige psychische aandoeningen. Daarnaast is hij wetenschappelijk directeur van Kenniscentrum Phrenos. Vanuit deze functie was hij onder meer voorzitter en penvoerder van de werkgroep die in 2014, in opdracht van het Bestuurlijk Akkoord GGZ, het plan van aanpak voor de behandeling, begeleiding en ondersteuning van mensen met ernstige psychische aandoeningen ('Over de Brug') heeft opgesteld.

## Workshop 3

### de bipolaire stoornis en relaties; een spannend paar

**Eline Regeer** is sinds 2006 werkzaam als psychiater bij Altrecht Bipolair in Utrecht. In 2008 is zij gepromoveerd op het onderzoek naar de prevalentie, kosten, herkenning en behandeling van de bipolaire stoornis in de algemene bevolking in Nederland. Sindsdien combineert zij haar klinische werk met onderzoek met een speciale interesse in de tijdige herkenning van de aandoening en het optimaliseren van psychosociale behandelingen. Sinds september 2019 is zij plaatsvervangend opleider voor de opleiding tot psychiater bij Altrecht.

**Susanne Demacker** is GZ-psycholoog en Cognitief Gedragstherapeut VGCT. Zij werkt bij Altrecht Bipolair. Zij houdt zich bezig met de ontwikkeling en innovatie van psychologische behandelingen bij de bipolaire stoornis, waaronder een CGT groep, EMDR en de partner-relatiegroep. Jaarlijks verzorgt zij het onderdeel 'Psychotherapie bij de bipolaire stoornis' tijdens de masterclass van het KenBiS.

**Joma Prinsen** werkt als GGZ Verpleegkundig Specialist bij Altrecht Bipolair. Zij houdt zich bezig met de sociaal psychiatrische behandeling van patiënten met een bipolaire stoornis en indien gewenst, hun betrokkenen. Daarnaast geeft zij met enige regelmaat de psychoeducatie cursus en, bij voldoende belangstelling een PE cursus speciaal voor jongeren, een training voor mensen met een bipolaire stoornis en middelenmisbruik, en de groep voor vrouwen met een bipolaire stoornis en een kinderwens.

**Edwin** heeft een 31 jaar lange relatie en 3 kinderen net het huis uit. Zijn vrouw en hij hebben allebei een stevige baan. Zijn loopbaan is geregeld onderbroken door periodes van arbeidsongeschiktheid. Edwin is ook vrijwilliger bij een regioteam van Plusminus en organiseert met een team elke drie maanden een thema-avond of wandeling en diverse huiskamer-groepen.

## Workshop 4

### de bipolaire stoornis in de verschillende levensfasen

Dr. **Annemiek Dols** is psychiater bij GGZinGeest en consultant voor het Alzheimercentrum van VUmc. Met Moniek van Dijk, sociaal psychiatrisch verpleegkundige, heeft zij een gespecialiseerde polikliniek voor mensen met een bipolaire stoornis ouder dan 50 jaar. Hier is het Dutch Older Bipolar (DOBi) onderzoekscohort aangekoppeld. Zij was een van de auteurs van de Multidisciplinaire Richtlijn voor Bipolaire Stoornissen.

Met de Taskforce Older Age Bipolar Disorder van de International Society of Bipolar Disorders ontving zij in 2018 een grote subsidie om wereldwijde data over ouderen met een bipolaire stoornis te onderzoeken. Haar onderzoeksinteresses zijn het sociale brein, complexe neuropsychiatrie en stemmingsstoornissen met somatische en

**Anja Stevens** is van 2009 tot juni 2019 hoofd geweest van het specialistisch centrum bipolaire stoornissen van Dimence. Sinds juni 2019 werkt zij bij Transfore, forensische psychiatrie, en zij rapporteert voor het Pieter Baan Centrum. Zij doet promotieonderzoek naar de invloed van slaaperstoring tijdens de zwangerschap en rond de bevalling op postpartum psychopathologie bij vrouwen met een bipolaire stoornis. Zij is secretaris van het landelijk Kenniscentrum Bipolaire Stoornissen (KenBiS) en penningmeester van de stichting Mind2Care (implementeren van een screeningstool voor kwetsbare zwangeren). Daarnaast zit zij in de Taskforce Women's Mental Health van het ISBD.

**Esther Mesman** werkt als GZ-psycholoog en senior onderzoeker op de afdeling Kinder- en Jeugdpsychiatrie/psychologie van het ErasmusMC Sophia. Vanuit de gedachte 'eerder is beter' richt zij zich op vroegdiagnostiek en behandeling van ernstige psychiatrische problemen zoals bipolaire stoornissen, psychose en ernstige depressie. Een ander belangrijk thema in haar werk zijn kwetsbare gezinnen met een ouder met ernstige psychische problemen. Esther is betrokken bij de Nederlandse studie naar Kinderen van ouders met een bipolaire stoornis en de MARIO-studie en is initiatiefnemer van het ErasmusMC Offspring netwerk. In december 2018 ontving zij een persoonlijke subsidie van de overheid voor de 20-jaarsmeting van de Nederlandse studie naar kinderen van ouders met een bipolaire stoornis. Kernwoorden in haar onderzoek zijn: vroegdiagnostiek en behandeling, veerkracht en dagelijks functioneren.

## Workshop 5

### Wie ben ik? Over de filminterventie en het zelfbeeld

**Manja Koenders** is werkzaam als psycholoog in opleiding tot GZ-psycholoog bij PsyQ in Rotterdam. Daarnaast is zij hoofddocent aan de Universiteit Leiden, verbonden aan de vakgroep psychiatrie. | Zij is coördinator van de bipolaire Nederlands Cohort (BINCO) studie (multicentre studie) en doet zij onderzoek naar de ontwikkeling van een emotieregulatie training bipolair. Manja is tevens als docent werkzaam bij Rino (opleidingen voor professionals in de GGZ).

**Peter Goossens** is werkzaam als verpleegkundig specialist en teamleider onderzoek & innovatie bij het SCBS Bipolaire Stoornissen van Dimence in Deventer. Daarnaast geeft hij leiding aan een verplegingswetenschappelijke onderzoeklijn naar zelfmanagement bij bipolaire stoornissen en naar de verpleegkundige zorg bij patiënten die opgenomen zijn vanwege een acute manische episode. Sinds 1 oktober 2015 is hij benoemd als visiting professor aan het Universitair Centrum voor Verpleegkunde en Vroedkunde aan de Universiteit van Gent. Hij geeft een aantal colleges binnen het vak Advanced Nursing Practice GGZ en begeleidt studenten bij (literatuur)onderzoek en masterproef.

## Workshop 6

### Praten over pillen; dilemma's in de farmacotherapie

**Chris Nijboer** is zelfstandig onderzoeker, trainer en docent op het gebied van ervaringsdeskundigheid, herstel en gezondheidsbevordering en promoveerde op een onderzoek naar de belastbaarheid van mantelzorgers. Nadat ze na haar tweede psychose in de isoleercel belandde, besloot zij haar cliëntervaringen te onderzoeken, te benutten en te combineren met haar professionele ervaringen. Vanuit haar bedrijf ChrisFit deed zij onderzoek naar de professionalisering van ervaringsdeskundigheid, waaronder de evaluatie van EDASU opleidingen en de waardering van het EVC-Peer Professional. In samenwerking met Enik Recovery College ontwikkelde ze de training: 'Het eigen verhaal schrijven en presenteren'. Deze training leidde tot de ontwikkeling van workshops en retreats. In het kader van de aanpak personen met verward gedrag werkte zij als projectleider bij de GGD Amsterdam. Ook staat zij nu en dan op het podium en deelt zij haar verhaal op eigen wijze.

**Ralph Kupka** (1957) studeerde geneeskunde aan de Universiteit van Amsterdam, en specialiseerde zich tot psychiater in het AMC, waar hij van 1990 tot 1995 werkzaam was als universitair docent. Nadien was hij tot 2003 onderzoeker bij de vakgroep psychiatrie van het UMC Utrecht en daarnaast tot 2010 psychiater en A-opleider psychiatrie in het Willem Arntsz Huis van Altrecht GGZ in Utrecht. Hij promoveerde in 2003 aan de Universiteit Utrecht op een internationaal onderzoek naar rapid cycling bij bipolaire stoornissen.

In 2010 werd hij benoemd als hoogleraar Bipolaire Stoornissen aan het VU Medisch Centrum, thans Amsterdam UMC. Daarnaast is hij als psychiater werkzaam bij de Academische Zorglijn Bipolaire Stoornissen van GGZinGeest en bij het TOPGGZ Behandelcentrum Bipolaire Stoornissen van Altrecht. Hij is medeoprichter en voorzitter van het landelijk Kenniscentrum Bipolaire Stoornissen (KenBiS), en was voorzitter van de Multidisciplinaire Richtlijn Commissie Bipolaire Stoornissen (2012-2015) en de werkgroep Zorgstandaard Bipolaire Stoornissen (2015-2017).

Sinds 2018 is hij bestuurslid van de Alliantie Kwaliteit in de GGZ (AKWA).

**Petra d'Huy** is regionaal contactpersoon voor de vereniging plusminus-leven met bipolariteit (regio Zeeland). Bij ggz Emergis is ze als ervaringsdeskundige betrokken bij de psycho-educatiecursussen. Op internet kun je haar vinden onder de naam 'Petra etcetera' en heeft ze een kennis- en ervaringsite over leven met een bipolaire stoornis:

[www.petraetcetera.com](http://www.petraetcetera.com).

Ook beheert ze een besloten Facebookgroep waar bijna 900 lotgenoten, betrokkenen en behandelaars hun ervaringen delen. In 2017 won ze de Willem Nolenprijs.