

Door & Voor

JAARVERSLAG
2018



Stichting Door en Voor
Sint Teunislaan 3
5231 BS 's-Hertogenbosch

073-6443868
info@doorenvoor.nl
www.doorenvoor.nl

Een Herstelverhaal

Onze vrijwilligers zijn ervaringsdeskundig door ons opgeleid. Zij zijn in staat om hun verhaal te vertellen op verschillende manieren. Monique (45) is ervaringsdeskundig vrijwilliger bij Door en Voor en wil graag haar herstelverhaal met jullie delen:

'In mijn verleden ben ik geestelijk en lichamelijk mishandeld door mijn vader. Ook heeft hij incest met mij gepleegd. Ik was toen nog geen 12 jaar. Dit heeft ervoor gezorgd dat ik depressief werd en dat ik angsten kreeg voor alle mensen om mij heen. Zelfs zó erg dat ik niet meer wilde leven. Via de huisarts werd ik doorgestuurd naar een psycholoog. Daar leerde ik weer om te gaan met mensen. Ook heeft ze ervoor gezorgd dat ik aangifte ging doen. Maar toch kreeg ik steeds weer een terugval en daar kon ik moeilijk mee omgaan. Wat ik ook heel moeilijk vond, was het zorgen voor mijn eigen zoon. Ik deed er alles aan om te voorkomen dat ze zouden kunnen denken dat ik mijn zoon misbruikte. Mijn kind in bad doen probeerde ik te vermijden.

Na weer één van de zoveelste trajecten om mij op de been te krijgen ging het beter. Ik leerde echt van mezelf te houden. Ik mag er óók zijn. Vóór deze tijd leefde ik alleen voor anderen. Men hoefde mij maar iets te vragen en dan deed ik wat er gevraagd werd, óók als het ten koste van mezelf ging. Dat was moeilijk om los te laten. Ook om weer echt liefde toe te laten was moeilijk. Natuurlijk houd ik van mijn zoon, maar houden van een andere man was voor mij ónmogelijk.

De steun die ik gehad heb, wilde ik ook aan anderen geven. Dit vind ik bij Stichting Door en Voor. Door mijn verhaal te delen, kan ik anderen begeleiden in hun herstel. Vaak begrijp je elkaar al, zonder ook maar iets of weinig te zeggen. Dat geeft een ander de kracht om dóór te vechten. Door kleine doelen te stellen en te kijken naar de leuke dingen in het leven kom je verder. Stapje voor stapje zie ik dat de ander zich beter gaat voelen.

Dat zorgt er weer voor dat ook ik weer groei en daarmee verder kom in mijn leven. Keer op keer ben ik nu sterker en in staat om mijn doelen bij te stellen en om dingen te doen die ik eerst écht niet zou durven. Ik kies nu meer voor mezelf. Want pas als ik goed voor mezelf zorg, kan ik voor een ander zorgen. Zo heb ik mijn verleden los kunnen laten.

Nu heb ik een nieuwe relatie met een man die twee kinderen heeft. Hij is er echt voor me en laat mij blijken dat ik er onvoorwaardelijk mag zijn. Deze relatie is gebaseerd op liefde en niet een reden om bij mijn ouders weg te komen, te vluchten. Dat laatste had ik bij mijn vorige relatie wel. Door mijn vriend, de kinderen en goede vrienden heb ik weer leren genieten van mijn leven en alles om me heen. Ik voel me echt gelukkig en dat is een fantastisch gevoel.'

Inhoud

Een Herstelverhaal.....	2
Inleiding	4
Algemeen	5
Bestuur.....	8
Medewerkers.....	9
Cursus Herstellen Doe Je Zelf	12
Werken Met Eigen Ervaring	13
Databank Ervaringsdeskundigen	14
Crisiskaart	15

Inleiding

Beste lezer,

Het is alweer tijd voor onze terugblik op het afgelopen jaar, kijken naar wat we in het afgelopen jaar gedaan hebben. 2018 is voorbij gevógen.

We hebben afscheid genomen van Leonie van Dongen die een vervolgstap in haar carrière aan ging, Willem Minkels die als tijdelijk projectleider structurering bedrijfszaken een goede berg werk verzet heeft en is opgevolgd door Neelie Spaan-Broeken.

In de Peelgemeenten begon en vertrok een nieuwe coördinator. En onze teams vernieuwden zich, mede onder invloed van de huidige economische omstandigheden, sneller en vollediger dan aanvankelijk verwacht. Veel aandacht ging naar de opbouw van het nieuwe team in Cuijk met als hoogtepunt een goed bezochte informatiebijeenkomst in het Catharina hof in Grave.

Onze speciale dank gaat wederom uit naar onze betrokken vrijwilligers, die het hele jaar met veel enthousiasme en inzet, hun vrije tijd vrijwillig hebben ingezet voor Door en Voor. We zijn er met zijn allen zo trots op dat we onze ervaringskennis in kunnen zetten om anderen vooruit te helpen!

Namens het bestuur wil ik ook onze samenwerkingspartners bedanken voor de prettige manier van samenwerken!

Ik wens jullie veel leesplezier.

's-Hertogenbosch, 7 maart 2019.

Carien van Mil
Voorzitter Stichting Door & Voor

Algemeen

Kalender 2018

Januari 2018							Februari 2018							Maart 2018							April 2018										
Nr.	M	D	W	D	V	Z	Z	Nr.	M	D	W	D	V	Z	Z	Nr.	M	D	W	D	V	Z	Z	Nr.	M	D	W	D	V	Z	Z
1	1	2	3	4	5	6	7	5				1	2	3	4	9					1	2	3	4	13						1
2	8	9	10	11	12	13	14	6	5	6	7	8	9	10	11	10	5	6	7	8	9	10	11	14	2	3	4	5	6	7	8
3	15	16	17	18	19	20	21	7	12	13	14	15	16	17	18	11	12	13	14	15	16	17	18	15	9	10	11	12	13	14	15
4	22	23	24	25	26	27	28	8	19	20	21	22	23	24	25	12	19	20	21	22	23	24	25	16	16	17	18	19	20	21	22
5	29	30	31					9	26	27	28					13	26	27	28	29	30	31		17	23	24	25	26	27	28	29
																								18	30						

Mei 2018							Juni 2018							Juli 2018							Augustus 2018										
Nr.	M	D	W	D	V	Z	Z	Nr.	M	D	W	D	V	Z	Z	Nr.	M	D	W	D	V	Z	Z	Nr.	M	D	W	D	V	Z	Z
18		1	2	3	4	5	6	22					1	2	3	26						1	31				1	2	3	4	5
19	7	8	9	10	11	12	13	23	4	5	6	7	8	9	10	27	2	3	4	5	6	7	8	32	6	7	8	9	10	11	12
20	14	15	16	17	18	19	20	24	11	12	13	14	15	16	17	28	9	10	11	12	13	14	15	33	13	14	15	16	17	18	19
21	21	22	23	24	25	26	27	25	18	19	20	21	22	23	24	29	16	17	18	19	20	21	22	34	20	21	22	23	24	25	26
22	28	29	30	31				26	25	26	27	28	29	30		30	23	24	25	26	27	28	29	35	27	28	29	30	31		
																31	30	31													

September 2018							Oktober 2018							November 2018							December 2018											
Nr.	M	D	W	D	V	Z	Z	Nr.	M	D	W	D	V	Z	Z	Nr.	M	D	W	D	V	Z	Z	Nr.	M	D	W	D	V	Z	Z	
35						1	2	40	1	2	3	4	5	6	7	44					1	2	3	4	48						1	2
36	3	4	5	6	7	8	9	41	8	9	10	11	12	13	14	45	5	6	7	8	9	10	11	49	3	4	5	6	7	8	9	
37	10	11	12	13	14	15	16	42	15	16	17	18	19	20	21	46	12	13	14	15	16	17	18	50	10	11	12	13	14	15	16	
38	17	18	19	20	21	22	23	43	22	23	24	25	26	27	28	47	19	20	21	22	23	24	25	51	17	18	19	20	21	22	23	
39	24	25	26	27	28	29	30	44	29	30	31					48	26	27	28	29	30			52	24	25	26	27	28	29	30	
																								1	31							

www.WikiDates.org

Missie

Stichting Door en Voor is dé organisatie 'door en voor' mensen met een psychische, psychosociale en maatschappelijke kwetsbaarheid in de regio's Noordoost-Brabant, de Meijerij, Peelgemeenten en Bommelerwaard. Zij ondersteunt en empowert deze mensen. Dat doet zij vanuit clientperspectief door getrainde ervaringsdeskundigen. Met als doel herstel, zelfregie, maatschappelijke participatie en acceptatie voor zowel onze vrijwilligers als de mensen, die zij coachen, ondersteunen, van advies voorzien, begeleiden.

Vanuit deze missie richt de Stichting zich ook op het zorg- en welzijnsveld en onderwijs in gemeenten.

Psychische problemen (inclusief verslavingsproblemen) komen immers overal voor. Ze treffen niet alleen mensen in achterstandswijken of cliënten van zorginstellingen. Ook burgers die niet (meer) bekend zijn bij instanties kampen vaak met depressie, eenzaamheid, alcohol- of drugsverslavingen, een angststoornis, of andere problemen. Met goede coaching, ondersteuning en voorlichting is zorg en afhankelijkheid vaak niet nodig of binnen aanvaardbare proporties te houden.

Doel

Ieder in zijn eigen kracht laten staan op zijn/haar eigen manier!

Visie

Stichting Door en Voor gaat uit van de kwaliteiten, de kracht en het herstelvermogen dat ieder mens in zich heeft. Door niet alleen te focussen op iemands beperkingen maar juist ook op de talenten, kunnen ieders kwaliteiten zich ontplooien en tot hun recht komen.

Werkwijze

Stichting Door en Voor werkt herstelgericht en vanuit ervaringsdeskundigheid. Zij gaat daarbij altijd uit van iemands vraag en eigen verantwoordelijkheid. Getrainde ervaringsdeskundigen zetten zich in om de missie van Stichting Door en Voor in praktijk te brengen.

Bij Door en Voor willen ervaringsdeskundigen zichzelf ontwikkelen en anderen ondersteunen hun mogelijkheden te ontdekken. Dit ondersteunen van anderen is ook een belangrijke manier om je als medewerker zelf te ontwikkelen. Je komt zelf ook verder door anderen verder te ondersteunen.

Anders gezegd: we zijn wat we doen: we ontwikkelen onze ervaringsdeskundigheid door de ervaringsdeskundigheid van anderen te ontwikkelen'.

Jaap Croonen

Wat maakt Stichting Door en Voor uniek?

Stichting Door en Voor is onafhankelijk en werkt vanuit een eigen(wijze). Wij hebben geen andere belangen dan de klant, die dus écht centraal staat.

Doelgroep

Stichting Door en Voor richt zich op alle burgers in haar werkregio. Iedereen met een ondersteuningsvraag of probleem van psychische, psychosociale of maatschappelijke aard kan bij de Stichting terecht. Hetzelfde geldt voor mensen of organisaties met een scholings- of informatievraag.

De ervaringsdeskundigen

- Hebben eigen ervaring
- Hebben een herstelproces doorlopen, daardoor gemakkelijker aan te sluiten bij de belevingswereld en het proces van de klant
- Geven herkenning/erkenning
- Zijn gelijkwaardig, laagdrempelig
- Hebben een voorbeeldfunctie: 'ook ik heb op de bodem van de put gezeten'.

Wat doen we zo al?

- Het organiseren en verzorgen van cursussen herstel, zelfregie en ervaringsdeskundigheid.
- Het geven van voorlichting over psychische aandoeningen, verslaving, GGZ etc.
- Het ondersteunen van en zelfregie coachen van kwetsbare mensen.
- Advies en signalering over o.a. herstelgericht werken en bottom-up beleidsvoering.

- Verstrekken en actualiseren van crisiskaarten. Een hulpmiddel waarmee mensen die in een psychische crisis kunnen raken hun zelfregie kunnen behouden.
- Het bevorderen van maatschappelijke acceptatie en participatie en anti-stigmatisering.

Hulp bij invullen Belastingformulieren

In 2018 hebben vrijwilligers van de Stichting Door en Voor hulp geboden bij het invullen van belastingformulieren. Deze dienstverlening is ontstaan in de tijd dat het invullen van belastingformulieren nog erg ingewikkeld was en er maatschappelijk weinig ondersteuning op dit gebied geboden werd. Omdat er inmiddels voldoende steun bij het invullen van belastingformulieren voorhanden is, is deze dienstverlening per 1 januari 2019 beëindigd. Daarbij komt dat wij werken op basis van de herstelvisie waarbij gezien de vereenvoudiging van de belastingformulieren het zelf invullen daarvan een onderdeel is van zelfregie.

Regio

Stichting Door en Voor werkt in de regio's Noordoost-Brabant, de Meijerij, Peelgemeenten, Land van Cuijk en Bommelerwaard.



Bestuur

In 2018 bestond het bestuur van de Stichting uit:

- Mevrouw Carien van Mil als voorzitter.
 - De heer Will Mossink als penningmeester.
 - De secretarisfunctie was vacant en werd ingevuld door de penningmeester.
 - Als leden waren actief:
 - Mevrouw Anne Gajmans
 - De heer Spencer Zeegers
 - De heer Petya van Vliet
- * Als adviseur voor het bestuur was mevrouw Anne-Marie Eeftink actief.



Medewerkers

Naast vrijwilligers werkten er in 2018 vier beroepskrachten:

Anya van Paemel voor de regio Oss, Uden en Land van Cuijk.

Leonie van Dongen was tot juni actief in de regio Helmond, en wordt sindsdien waargenomen door Will Mossink.

Monique Greijn is in de loop van 2017 als coördinator gestart in regio 's-Hertogenbosch (incl. Vught, Bommelerwaard en Meierijstad).

Daarnaast is sinds de tweede helft van 2018 Neelie Spaan actief als coördinator Bedrijfszaken.



Zelfregie Coaching (ZRC)

Zelf Regie Coaching is een vorm van ondersteuning vanuit ervaringsdeskundigheid aan mensen met psychische, psychosociale en maatschappelijke problemen en hun familie, die meer willen participeren in de samenleving. Stichting Door en Voor zet zich in om, samen met andere zelfregieversterkende partijen in het veld, hiervoor in verschillende kernlocaties binnen Oost Brabant een stevige bodem te creëren en deze steeds verder te versterken. De basis hiervoor is in 2015 al gelegd. Sindsdien heeft stichting Door en Voor zich gericht op continuering, verdieping en verbreding van haar activiteiten, in samenwerking met verschillende plaatselijke en regionale partijen.

Oss en regio In deze regio raakt Door en Voor steeds beter verankerd binnen de bestaande instanties: Ons Huis van de Wijk, Syntein, Synchron, Verdihuis Pitstop, basisteams, sociale team, dorpssteams, Sociom, Ons Welzijn, LEVgroep, GGz Oost Brabant en GGz Reinier van Arkel en PsyCafé waren in 2018 enkele voorbeelden van goede samenwerkingspartners.

Land van Cuijk Ondanks diverse contacten met netwerkpartners blijkt Door en Voor in het Land van Cuijk toch nog relatief onbekend bij de inwoners. Om deze bekendheid te vergroten organiseerde Door en Voor medio 2018 in Grave een goed bezochte informatiebijeenkomst voor alle in deze regio werkzame welzijnswerkers.

Den Bosch en omstreken In Den Bosch ging in samenwerking met Door en Voor bij Gezondheidscentrum Noord een pilot van start om ervaringsdeskundigen te betrekken bij de huisartsenpraktijk. Er werden in 2018 diverse contacten opgedaan en aangehaald om mogelijkheden tot samenwerking te onderzoeken, onder andere Farent, Vanzelfsprekend!, Stichting Ouders en Jeugdzorg, Nex2Next, RIBW.

In de wijk zuid-oost is Door en Voor betrokken bij een gemeentelijk project rondom de transitie van beschermd wonen naar wonen in de wijk.

Voorts zetten ervaringsdeskundigen zich in om bij het Koning Willem I-college studenten voorlichting te geven over de bejegening van mensen met een psychische kwetsbaarheid.

In Meierijstad maakt Door en Voor onderdeel uit van een projectgroep 'Wijk GGD'. Daarnaast is de mogelijkheid besproken om een ervaringsdeskundige vanuit Door en Voor aan te laten sluiten bij zogeheten keukentafelgesprekken.

In Zaltbommel was Door en Voor onder andere actief betrokken bij een verkiezingsdebat.

Helmond en de Peelgemeenten Hoewel Door en Voor in Helmond al vanaf 2016 actief is, leverde deze op Zelf Regie Coaching ingestoken samenwerking door verloop binnen het team en met een jong en onervaren groep nieuwe ervaringsdeskundigen in de optiek van gemeente Helmond binnen deze periode onvoldoende coachingstrajecten op. Het team ontwikkelt zich snel en richt zich meer op de andere gemeenten in de Peelregio. Om de bekendheid van Door en Voor te vergroten organiseerde Door en Voor begin 2018 in Gemert een informatiebijeenkomst voor welzijnswerkers. In 2019 plannen wij een vergelijkbare bijeenkomst voor inwoners. De gemeente Deurne verzocht Door en Voor deel te gaan nemen aan een project met onafhankelijke clientondersteuning. Hierbij werkt Door en Voor samen met vrijwilligersorganisaties als KBO, Zonnebloem, Belangenvereniging Gehandicapten en Cratos vrienden en met de formele zorgpartijen binnen Zorg in Deurne. En gemeente Someren nam het initiatief om samen met Door en Voor en Zelfhulpnetwerk te werken aan een grotere zichtbaarheid en bereikbaarheid binnen deze gemeente.

De zelfregiecoaches hebben zitting in Den Bosch, Uden, Helmond en Oss. Tevens waren zij telefonisch te bereiken en via de verschillende mediakanalen.

In totaal werden de zelfregiecoaches ruim 2068 maal geraadpleegd voor een gesprek of ondersteuning.

Deze 2068 contacten waren qua onderwerpen in hoofdlijnen als volgt te verdelen.

Onderwerp	Aantal contacten
Wonen	27
Werken	33
Opleiding	984
Psychosociaal	110
Psychosomatisch	40
Sociale contacten	59
Vrijtijdsbesteding	8
Financiële ondersteuning	4
Voorlichting	268
Databank	8
Crisiskaart	398
Overige contacten, niet definiëerbaar	119
Totaal	2068

Uitgaande van de regio's zijn de contacten als volgt te verdelen:

Regio	Aantal contacten
Peelgemeenten	247
Oss, Uden	852
's-Hertogenbosch	695
Land van Cuijk	274
Totaal	2068

Cursussen

In 2018 verzorgde Stichting Door en Voor verschillende cursussen Herstellen doe je zelf en cursussen Werken Met Eigen Ervaring (WMEE).



Cursus Herstellen Doe Je Zelf

*Herstellen is een proces,
Geen eindpunt of doel*

De cursus is gebaseerd op de Herstelvisie. In de Herstelvisie wordt herstel gezien als een proces, waarbij nieuwe zin en betekenis in het leven ontstaan na psychische problemen. De Herstelvisie is gericht op het weer in handen nemen van je eigen leven ook al heb je de symptomen van je ziekte niet volledig in de hand.

Binnen de Herstelvisie gaat het dus niet om 'volledige genezing' maar om het opnieuw ontwikkelen van vaardigheden, het weer oppakken van betekenisvolle relaties en het stellen van doelen in je leven.

Het eigen verhaal van de cursist is in deze cursus erg belangrijk. Deelnemers kunnen hierin veel voor elkaar betekenen. Door je eigen verhaal te vertellen over de manier waarop jij je eigen doelen probeert te bereiken en dat met anderen te delen, ontstaan ideeën en wederzijdse steun.

De cursus is een vorm van empowerment, een manier van werken en denken om de regie over je toekomst beter in handen te krijgen.

De bijeenkomsten gaan over: rehabilitatie en herstel, keuzes die je maakt en overweegt, wat je zelf doet of zou willen doen, welke steun je kunt krijgen, welke invloed je hebt.

Voor de bijeenkomsten wordt het werkboek "Herstellen Doe Je Zelf" gebruikt.

In eenvoudige maar duidelijke taal komen de verschillende onderwerpen aan de orde.

De cursus Herstellen doe je zelf omvat 12 bijeenkomsten en kan gratis gevolgd worden.

In 2018 is driemaal aan totaal 29 personen de cursus Herstellen Doe Je Zelf (HDJZ) gegeven. Deze vonden plaats in Den Bosch, Oss en Helmond.



Werken Met Eigen Ervaring

De cursus Werken met eigen ervaring (WMEE) is bedoeld voor mensen met persoonlijke ervaring op het gebied van psychische, psychosociale en/of verslavingszorg. In de cursus leer je je opgedane ervaring in te zetten voor persoonlijk herstel.

Tijdens deze cursus krijgt men inzicht om de eigen ervaring te gebruiken om anderen te ondersteunen, bijvoorbeeld via voorlichting, training, of individuele advisering en ondersteuning.

De cursus "Werken met eigen ervaring" is een goede stap om te ontdekken of men als vrijwilliger aan de slag wil gaan. Ook kan het een eerste stap zijn op weg naar een mbo- of hbo-opleiding als ervaringsdeskundige met als doel een betaalde baan.



De cursus Werken Met Eigen Ervaring (WMEE) werd driemaal gegeven aan in totaal 42 personen, verdeeld over drie groepen in Oss, Den Bosch en Asten.

Naast deze twee 'vaste' cursussen is Stichting Door & Voor hebben we in 2018 verschillende malen een cursus/training/workshop 'op maat' verzorgd. De trainers zijn dan vanzelfsprekend ervaringsdeskundigen.

Databank Ervaringsdeskundigen

De Databank is opgezet door en voor ervaringsdeskundigen om hun kennis, ervaring en vaardigheden aan te bieden aan cliëntenorganisaties, GGZ-organisaties, opleidingsinstituten en andere organisaties.

Via deze Databank kan een beroep gedaan worden op de ervaring en kennis van cliënten en ex-clieënten om hun kwaliteiten in te zetten bij projecten, voorlichting, cursussen, advies en dergelijke.

In 2018 waren 287 ervaringsdeskundigen ingeschreven in de Databank Ervaringsdeskundigen.

Een kort overzicht van de beschikbare deskundigheden:

1. opgeleid tot ervaringsdeskundige: 253
2. deskundig in voorlichting: 124
3. belangenbehartiging: 84
4. Zelfhulp en lotgenoten: 106
5. Organiseren en publiciteit: 118
6. Geven van trainingen en opleidingen: 164
7. Consulanten en ondersteuners: 148

Crisiskaart

Landelijke aandacht voor personen met verward gedrag gaf in 2017 een extra impuls aan promotie en gebruik van de Crisiskaart. Met subsidie van ZonMw startte Door en Voor eind 2017 een nieuw project om de Crisiskaart in de regio Oost Brabant breed onder de aandacht te brengen. Een aantal ervaringsdeskundigen werd hiervoor opgeleid tot Crisiskaart Consulent.

De subsidie voor dit project was bedoeld voor één jaar. In dit jaar zijn met dit project mooie resultaten geboekt. De bekendheid van de Crisiskaart is in de regio sterk verbeterd en er zijn met behulp van onze consulenten regionaal verspreid diverse Crisiskaarten samengesteld. Bij de start van het project kende Door en Voor al ca. 100 personen met een Crisiskaart. De teller staat een jaar later op bijna 130. Voor ca. 60 bestaande kaarten zijn updates gemaakt.

Dit resultaat kreeg aan het einde van het project nog een extra impuls door realisatie van een tweede opleiding. Met deze opleiding kon ook onze aanwezigheid in de Peelregio versterkt worden. Door en Voor kent nu een team van 11 Crisiskaart Consulenten en het aantal aanvragen groeit verder.

Blijkens reacties tijdens voorlichtingsactiviteiten voorziet de Crisiskaart in een behoefte. Dit leidde vervolgens niet altijd direct tot aanvragen. De toehoorder/verwijzer moet deze inzichten eerst in het eigen werk gaan toepassen en ook de potentiële aanvrager heeft bedenktijd nodig om over diens crisiservaringen in gesprek te gaan. Veel gerichte en herhaalde voorlichtingsacties zijn nodig om zowel doelgroep als verwijzers met de Crisiskaart te bereiken. Bij de afronding in oktober 2018 heeft Door en Voor ZonMw verzocht het project met het resterende budget langer voort te mogen zetten. Besluitvorming hierover is nog gaande. Aanvragen blijven evengoed mogelijk.



Onderzoek Het project nam deel aan landelijk onderzoek. Hieruit blijkt, dat het bezit van een Crisiskaart rust geeft en de kaart bij een volgende crisis ook wordt gebruikt. Er wordt dan gehandeld volgens wensen op de kaart. Ook de gesprekken met de consulent zijn belangrijk. Het samen opstellen van een Crisisplan geeft meer zicht op hun crisis.

Interne scholing

In het najaar van 2017 is met hulp van een subsidie van MIND interne bijscholing gestart in de huidige teams zelfregie coaching in Helmond, Uden, Oss en Den Bosch. MIND is een initiatief van Fonds Psychische Gezondheid/Korrelatie en MIND Landelijk Platform Psychische Gezondheid. MIND wil psychische problemen voorkomen en mensen die hiermee te maken hebben ondersteunen.



De scholingsvragen bleken per team flink uit elkaar te liggen. Onderstaand een korte terugblik.

Helmond

In Helmond was er bijna een geheel nieuw team te bouwen, na vertrek van enkele zeer ervaren vrijwilligers. Er is een workshop "Drama Driehoek" gegeven aan het team en is door Will Mossink veel operationele ondersteuning geboden aan het team.

Uden

Het team heeft zich versterkt door regelmatige intervisies sessies onder begeleiding van een ervaringsdeskundige door het hele jaar heen. Ook voor 2019 zal dit voortgezet worden.

Oss

In Oss werd met name gewerkt met interactieve oefeningen.

Den Bosch

In Den Bosch heeft het team veel aan teambuilding gedaan door verschillende activiteiten, waaronder een workshop "Stigma tools" en aanschaf van twee stigma koffers, waarmee deze workshop ook weer aan anderen doorgegeven kan worden.

Zijn
Eenzaam
Niet kunnen delen
Pijn
Niet kunnen voelen
Verdriet
Niemand die het ziet
Schaamte
Voorbij
Het mag er nu zijn
Ik mag er nu zijn
Ik kan eindelijk mijzelf zijn

©Nanette Waterhout, 2019

