

Door & Voor

JAARVERSLAG
2019



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

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

Inhoud

Voorwoord van de voorzitter _____	3
Algemeen _____	4
Regio's _____	6
Bestuur en medewerkers _____	7
Ervaringsdeskundige vrijwilligers _____	8
Ondersteuning en belangenbehartiging vanuit eigen ervaring _____	9
Regionale activiteiten _____	11
Contacten in cijfers _____	15
Cursussen _____	16
Crisiskaart _____	18
Voorlichting _____	19
Gatekeeper 113 Suïcide preventie training _____	20
Financiële situatie _____	21
Een herstelverhaal _____	22

Voorwoord van de voorzitter

Beste lezer,

Voor u ligt het Jaarverslag van Stichting Door en Voor over het jaar 2019, waarin wij konden voorzien in verschillende behoeften. We traden op als vangnet voor mensen, konden terugval voorkomen naar reguliere zorg, boden vrijwilligers structuur en perspectief en waren daarmee zowel preventief als curatief actief. U leest daarover in dit verslag.

Het was voor onze organisatie ook weer een enerverend jaar. Vrijwilligers die kwamen, vrijwilligers die gingen. Coördinatoren die gingen én een nieuwe coördinator die ons vanaf de zomer kwam versterken. Onze cursussen die druk werden bezocht. Ook organiseerden we regiobijeenkomsten, die we door de geringe aanmeldingen in kleinere vorm toch door konden laten gaan.

We hebben ook een hernieuwde start gemaakt met intervisie en trainersoverleg ter ondersteuning van onze vrijwilligers. Daarnaast proberen we onze ervaringsdeskundigen steeds meer te betrekken bij overleg in hun regio's, zodat de inzichten van ervaringsdeskundigen vaker gehoord worden.

Onze kantoorwerkzaamheden zijn nu in handen van twee bekwame dames, die samen met gemotiveerde vrijwilligers de klus klaren.

Er waait een frisse wind door onze organisatie. Dat is goed om te zien zowel voor onze medewerkers, maar zeker ook voor onze samenwerkingspartners.

We zijn eind van dit jaar ook op zoek gegaan naar opvolging van enkele bestuursleden. Daar is in 2020 een nieuwe voorzitter uit voortgekomen.

Dat betekent dus ook dat dit na 14 jaar mijn laatste bijdrage zal zijn aan het Jaarverslag van Door en Voor. Ik wens jullie een fijne samenwerking in de komende jaren!

's-Hertogenbosch, 31 maart 2020



*Carien van Mil
Voorzitter Stichting Door en Voor*

**Door &
Voor**

Algemeen

Geschiedenis en organisatie

Stichting Door & Voor is op 14 december 2000 opgericht op initiatief van cliëntenraden van Reinier van Arkel en GGZ Oost Brabant. Destijds met als doel het ondersteunen en ontwikkelen van cliënten en ex-clieënten.

In de loop van de jaren heeft dit doel zich ontwikkelend naar ondersteuning van mensen die, om wat voor reden dan ook, een brede maatschappelijke afstand ervaren.

Visie

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

Missie

Stichting Door & Voor is een zelfstandige stichting die zich inzet 'door en voor' mensen die te maken hebben (gehad) met een psychische, psychosociale en/of maatschappelijke kwetsbaarheid. We informeren, faciliteren initiatieven en behartigen belangen, in de regio's Noordoost-Brabant, de Meijerij, Peelgemeenten en Bommelerwaard.

Met als doel werken aan herstel, zelfregie, maatschappelijke participatie en acceptatie. Dit voor zowel onze vrijwilligers, als voor de mensen die zij coachen, ondersteunen, van advies voorzien dan wel begeleiden. Vanuit deze missie richt de stichting zich op het zorg- en welzijnsveld, het onderwijs en alle inwoners van de gemeenten binnen onze regio.

Werkwijze

Stichting Door & Voor gelooft in een inclusieve samenleving. Zij biedt kansen aan mensen die, na een ontwrichting in hun leven, opnieuw de eigen regie willen terugnemen. Onze cursussen waarbij zelfregie, herstel en eigen kracht op de voorgrond staan, zijn hierbij ondersteunend.

Na deelname aan deze herstelcursussen, kan men als vrijwilliger deze verworven kennis samen met de eigen ervaringen in gaan zetten, voor weer anderen die daar behoefte aan hebben. Dit geeft weer een toegevoegde waarde aan de eigen regie en kracht. De medewerkers weten dus uit eigen ervaring hoe ze het beste kunnen ondersteunen. Stichting Door en Voor biedt hiertoe aanvullende en verdiepende trainingen. Hun waardevolle maatschappelijke inbreng heeft een emanciperende en zelfsturende werking.

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

Jaap Croonen

Wat maakt Stichting Door & Voor uniek?

Stichting Door & Voor is onafhankelijk en werkt vanuit een eigen wijze. Wij dienen geen ander belang dan dat van degene die zich bij ons meldt. Diens vraag staat dus écht centraal.

Doelgroep

De sterk veranderende maatschappij treft niet alleen mensen in achterstandswijken of cliënten van zorginstellingen.

Ook zij die vast zijn gelopen en daardoor niet (meer) bekend zijn bij instanties, kampen vaak met depressie, eenzaamheid, alcohol- of drugsverslavingen, werkloosheid of andere problemen.

Stichting Door & Voor richt zich dus op alle burgers in haar werkregio. Zij biedt kansen aan mensen die, na een ontwrichting in hun leven, opnieuw de eigen regie willen terugnemen. Iedereen met een ondersteuningsvraag of probleem van psychische, psychosociale of maatschappelijke aard kan terecht. Hetzelfde geldt voor mensen of organisaties met een scholings- of informatievraag.

De ervaringsdeskundigen hebben:

- doorleefde eigen ervaring;
- het herstelproces doorlopen en sluiten daardoor gemakkelijker aan bij de belevingswereld en het proces van de klant;
- geen oordeel;
- herkenning/erkenning voor de ander;
- gelijkwaardig- en laagdrempeligheid;
- een voorbeeldfunctie: 'ook ik heb op de bodem van de put gezeten'.

Wat doen we zoal?

- We organiseren en verzorgen cursussen gericht op herstel, zelfregie en het werken met eigen ervaring;
- We geven voorlichting over stigma, herstel, zelfregie en empowerment;
- We ondersteunen mensen die, na een ontwrichtende periode in hun leven, opnieuw de eigen regie willen terugnemen;
- We geven advies, behartigen belangen en signaleren zaken rondom herstelgericht werken en bottom-up beleidsvoering;
- We verstrekken en actualiseren crisiskaarten;
- We bevorderen de maatschappelijke discussie rondom acceptatie en participatie van bovengenoemde doelgroepen.

Regio's

Stichting Door & Voor werkt in de regio's Noordoost-Brabant, de Meijerij, Peelgemeenten, Land van Cuijk:



En Bommelerwaard:



Bestuur en medewerkers

Bestuur

In 2019 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 Gaijmans
 - Mevrouw Anne-Marie Eeftink
 - De heer Spencer Zeegers
 - De heer Petya van Vliet

Medewerkers

Stichting Door & Voor werkt voornamelijk met de inzet van vrijwilligers. Zij kunnen een beroep doen op een klein aantal betaalde krachten ter ondersteuning van hun eigen herstelproces.

In 2019 is het betaalde regiocoördinatorschap gecentraliseerd en is voor de kantoorondersteuning overgegaan tot aanstelling van twee betaalde krachten.



Ervaringsdeskundige vrijwilligers

Binden van vrijwilligers

Stichting Door & Voor was bij de oprichting van groot belang in het herstelproces van ex GGZ-cliënten. Onze werkzaamheden worden ook hoofdzakelijk door ervaringsdeskundige vrijwilligers uitgevoerd. Inmiddels zijn de tijden en systemen veranderd. Dit zet toenemende druk op onze vrijwilligerscapaciteit. Vrijwilligers bij Stichting Door & Voor blijven steeds korter aan de stichting verbonden. Een algemene tendens is, dat onze vrijwilligers op basis van wetgeving sneller aan het werk en/of elders moeten participeren.

Stichting Door & Voor is niet in staat ervaringsdeskundigen een beroepsopleiding en betaalde baan bieden. Vrijwilligers zijn zelf nog in herstel en kunnen dus ook uitvallen. Ook al werken mensen als vrijwillig ervaringsdeskundige, dat geeft geen garantie voor blijvende stabiliteit en het voorkomen van een terugval. Dat vraagt niet alleen om zorgvuldige scholing en toerusting, maar vraagt ook begeleiding/coaching en ondersteuning om zich vanuit Stichting Door & Voor verder te kunnen ontwikkelen.

Boeien van professionals

Stichting Door & Voor zit niet in een regulier verwijssysteem en staat daarom onvoldoende op het netvlies van de professionals in het sociaal domein en de hulpverlening. Zij zijn het immers die intrinsiek ervan overtuigd moeten zijn, dat al hun cliënten en burgers baat kunnen hebben bij het ontwikkelen van herstel en zelfregie en dat Door & Voor daar een rol in kan spelen. Op die manier zijn naast de reguliere trajecten en hulpverlening kansen en mogelijkheden te bieden.

Vanwege deze dynamiek blijft een essentiële taak van Stichting Door & Voor het werven en binden van vrijwilligers.

Om bovenstaande te kunnen realiseren zijn we dagelijks bezig met het lokale netwerk binnen ons werkgebied. We sluiten daarbij aan, om voorlichting te geven en de belangen vanuit clientperspectief te behartigen. Verderop in dit jaarverslag leest u hoe Stichting Door & Voor hierin lokaal actief is geweest.

De ervaring leert dat het van essentieel belang is om de diensten en toegevoegde waarde van Stichting Door & Voor steeds opnieuw binnen de regio voor het voetlicht te brengen. Dit vraagt specifieke inzet en inbedding van (betaalde) coördinatoren en vrijwilligers.

Ondersteuning en belangenbehartiging vanuit eigen ervaring

Dit is een vorm van ondersteuning vanuit de eigen ervaring aan mensen met psychische, psychosociale en maatschappelijke problemen en hun familie, die meer willen participeren in de samenleving.

Stichting Door & Voor zet zich in om hiervoor, samen met andere zelfregieverstevkende partijen in het veld, in verschillende kernlocaties binnen Oost Brabant een stevige bodem te creëren en deze steeds verder te versterken.

Stichting Door & Voor is alert op vooroordelen en stigma. Zij zet in op bewustwording en meer tolerantie in de sociaal maatschappelijke omgeving.



We verzamelen en bundelen signalen vanuit de vraagstelling ‘wat gaat goed en wat kan beter?’ En ondernemen indien nodig actie richting instanties en Gemeentes. Bijvoorbeeld door mee te gaan met klanten om hen te ondersteunen hun klacht in te dienen of signalen terug te leggen bij de betreffende instantie.

‘Levenservaring, werkervaring en opleiding dragen bij aan de mogelijkheden om werk te maken van ervaringsdeskundigheid.’

Ervaringsdeskundigheid kent meerdere soorten niveaus

Soms is hebben van eigen ervaringen genoeg om iemand anders te helpen, op andere momenten is het belangrijk om ook professionele vaardigheden te hebben. Om de verschillende mogelijkheden van ervaringsdeskundigen duidelijk te maken, wordt wel gesproken van ‘niveaus van ervaringsdeskundigheid’. Hierbij zijn belangrijke elementen iemands levenservaring en de vaardigheden die passen bij het werk.

Verschil in levenservaring

Het is moeilijk om levenservaring in te delen in niveaus. Iedereen heeft unieke ervaringen en het is niet eerlijk om die te vergelijken met die van een ander. Een langdurig milde depressie is totaal anders dan een verplichte opname omdat je jezelf dood wil maken. Een aangeboren zichtbare beperking is volledig anders dan een dwarslaesie na een auto-ongeluk. Het één is niet erger dan het ander. Wel anders. Goede ervaringsdeskundigen hebben de duurste opleiding gehad die er bestaat: de lessen van het leven. Hoe dichter het werk als ervaringsdeskundige bij de eigen ervaringen staat, hoe meer deze ervaringen waard zijn.

Verschil in vaardigheden

Ervaringsdeskundigen ontwikkelen zichzelf in de praktijk, of door scholing en training. Door nieuwe vaardigheden te leren, krijgt iemand meer mogelijkheden om te werken als ervaringsdeskundige. Het geven van voorlichting of het effectief beïnvloeden van beleid zijn bijvoorbeeld vaardigheden die steeds verder ontwikkeld kunnen worden. In de GGZ-zorgsector zijn in het beroepscompetentieprofiel vaardigheden beschreven die ervaringswerkers in kunnen zetten. Er zijn meerdere niveaus, passend bij de verantwoordelijkheden en taken van de verschillende functies van ervaringswerkers of ervaringsdeskundigen'.

Bron: Veerkrachtcentrale.nl

Regionale activiteiten

Oss en Bernheze

Het team bestond in 2019 uit 2 ervaringsdeskundigen en 3 aspirant ervaringsdeskundigen die zich gezamenlijk inzetten voor de burgers van de gemeente Oss. Eind 2019 bleven er 2 ervaringsdeskundigen over. Zij proberen regelmatig aanwezig te zijn op het TalentCentrum en het Huis van de Wijk Ruwaard. Ook in deze regio zijn we dus op zoek naar versterking van het team.

Door de jaren heen is Stichting Door & Voor goed verankerd binnen de bestaande instanties: Synchron, Verdihuis Pitstop, Proeftuin Ruwaard, de sociale teams, Ons Welzijn, GGz Oost Brabant en PsyCafé waren in 2019 onder meer goede samenwerkingspartners.

Een aantal concrete activiteiten waren:

Leersessies

Team Oss waren regelmatig aanwezig bij de diverse leersessies in het kader van de Proeftuin Ruwaard en sloot maandelijks aan bij de WMO-overlegtafels.

Zelfhulpgroep Oss

Deze tweewekelijkse groep is bedoeld voor iedereen die is vastgelopen, die vragen of problemen heeft op sociaal, psychisch of maatschappelijk gebied. Belangrijke functie van de groep zijn onderling contact en het leggen van verbinding. Zelfregie en herstel staan centraal, waarbij het uitwisselen van ervaringen basis is voor ontwikkeling.

PsyCafé

Het team heeft zich sinds 2018 aangesloten bij de organisatie en uitvoering van het PsyCafé. Dit is een laagdrempelig initiatief waarin ook Indigo, GGZ Oost Brabant en Trialoog participeren. Doel van dit initiatief is het geven van voorlichting en faciliteren van ontmoeting. Deze PsyCafé's vonden in 2019 tweemaal plaats binnen de gemeente Oss. De rol van team Oss in deze is, vertegenwoordiging vanuit het clientperspectief.

Zorggroep Syntein (samenwerkingsorganisatie van huisartsen in de regio Oss-Uden-Meierijstad)

Stichting Door & Voor neemt deel aan de regiegroep GGZ. Door & Voor levert hierin inbreng vanuit het cliëntperspectief en houdt daarmee de andere partners scherp op de gevolgen van beleid voor cliënten. Waar mogelijk attenderen we ook op de mogelijkheden en 'diensten' van Door & Voor, zoals cursussen, deelname van onze vrijwilligers aan werkgroepen e.d.

Zelfregiecentrum D'n Oppepper

Per 1 oktober 2019 heeft het Zelfregiecentrum voor familie en naasten, D'n Oppepper te Oss, Door & Voor verzocht tijdelijk de uitvoerende coördinatie van dit initiatief op zich te nemen. Samenwerking met cliëntervaringsdeskundigheid was hiervoor een belangrijke beweegreden.

Hiermee is een belangrijke basis voor triadisch werken in de toekomst van D'n Oppepper opgepakt. Het ZRC is in pilotfase en wordt bewaakt door een projectgroep binnen Ypsilon.

Uden, Boekel en Landerd

Het team Uden bestond in 2019 uit één ervaringsdeskundige en drie aspirant ervaringsdeskundigen, die zich gezamenlijk hebben ingezet voor de burgers van de gemeentes Uden, Landerd en Boekel. Daar waar het kan zocht het team ZRC Uden steeds de samenwerking op.

Het team organiseerde sinds november 2017 tot oktober 2019, maandelijks een ‘koffie-uurtje’, in het Kantelhuis. Deze locatie was niet langer beschikbaar.

Om toch bereikbaar te kunnen zijn en een vast ‘gezicht’ te hebben, hebben ze zich tot oktober 2019 aangesloten bij het wekelijkse inloopspreekuur van Ons Welzijn Uden in de Inloop van het GGZ.

Clientondersteuning vanuit eigen ervaring

Sinds medio oktober 2019 heeft het team een vaste plek in de Balans te Uden voor inloopspreekuren en cursussen. Dit met name om voor de burger laagdrempelig aanspreekbaar te zijn en de zichtbaarheid van Door & Voor te vergroten. Soms worden burgers een wat langere periode ondersteund, anderen komen eenmalig met een vraag of terug met een nieuwe vraag. Eind 2019 was er een ervaringsdeskundige die team Uden vertegenwoordigde, de anderen hebben vanwege persoonlijke en werk- of uitkering gerelateerde oorzaken, een ander perspectief gekozen.

Wijklunch Uden

Sinds 2017 zijn de ‘wijklunches’ opgezet waar tweewekelijks op informele wijze contact wordt gelegd met bv. Gemeente, politie, Ons Welzijn, Area, Brabantzorg, Synchron etc. Get gezamenlijke doel hierbij is verbinding en samenwerking ten behoeve van de burger. Voor het team Uden is dit tevens een goede manier om zichzelf bekend te maken bij de verschillende organisaties.

Er wordt naar gestreefd tijdens relevante bijeenkomsten binnen de gemeente aanwezig te zijn. Feit is wel dat het aantal bijeenkomsten de beschikbaarheid van vrijwilligers te boven gaat.

Land van Cuijk

Ondanks het vele netwerken en de diverse contacten met netwerkpartners (verschillende dorpsteams, Sociom en de Kentering Nijmegen), blijkt Door & Voor in het Land van Cuijk toch nog steeds relatief onbekend bij de inwoners en professionals.

Syntein (samenwerkingsorganisatie van huisartsen in de regio)

Door & Voor neemt op regelmatige basis deel aan de kerngroep van Syntein.

Onze inbreng in de Kerngroep-vergaderingen heeft ertoe geleid dat de inzet van ervaringsdeskundigen in een aparte werkgroep is ondergebracht. Het belang van hun inbreng wordt zeer gewaardeerd.

Er is sprake van in deze regio met alle gesprekspartners te komen tot een Herstelacademie. Daar zullen wij onze cursussen dan bij voorkeur aanbieden.

Deze cursussen kunnen ook ingezet worden gedurende de wachttijden van cliënten bij andere hulpverleners, om zo ook beter voorbereid de gesprekken bij hen in te gaan. De wachttijden worden ook in deze regio onverantwoord lang.

's Hertogenbosch en omstreken

Er werden in 2019 diverse contacten opgedaan en aangehaald om mogelijkheden tot samenwerking te onderzoeken of verstevigen. Hiertoe is o.a. contact geweest met NIO, Farent, Vanzelfsprekend! Stichting Ouders en Jeugdzorg, Sterk Brabant, Nex2Next, diverse wijkteams en GGZ Reinier van Arkel.

De pilot inzake de inzet van ervaringsdeskundigen bij het Gezondheidscentrum Noord, hebben we in 2019 beëindigd. Een van de vrijwillige ervaringsdeskundigen blijft er op eigen titel verder werken.

Het team ervaringsdeskundigen in 's Hertogenbosch bestond in 2019 uit 6 personen. Helaas liep dit aantal in december terug naar twee vanwege persoonlijke en werk- of uitkering gerelateerde oorzaken.

Meerijstad

In Meerijstad levert een van de ervaringsdeskundigen van Door & Voor inbreng in de projectgroep 'Wijk GGD'. Daarin is onder meer de mogelijkheid besproken om vanuit de expertise binnen Door & Voor aan te sluiten bij zogeheten keukentafelgesprekken.

In Meerijstad heeft in november 2019 een regionale informatiebijeenkomst plaatsgevonden voor professionals, werkzaam in het sociaal domein en de hulpverlening. In het voorjaar van 2020 staat er wederom een ontmoeting gepland.

Bommelerwaard

Ook in Zaltbommel heeft Door & Voor in november 2019 een regionale informatiebijeenkomst georganiseerd.

We zijn voornemens om in april 2020 wederom een regionale informatiebijeenkomst te organiseren voor professionals werkzaam in het sociaal domein en de hulpverlening.

Peelgemeenten

Door & Voor is in de Peelgemeenten al vanaf 2016 actief.

Binnen de Peelgemeenten zijn de ervaringsdeskundigen herkenbaar in de werkvelden individuele clientondersteuning, cursussen, inloopsprekuren, crisiskaart en voorlichting. In 2019 bestond het team uit 4 ervaringsdeskundigen die zoveel mogelijk deelnamen aan bijeenkomsten in de Peelregio. Waar de inzet van de vrijwilligers maximaal was, konden helaas niet alle aanvragen worden gehonoreerd. Ook in de Peelregio zijn we dus op zoek naar versterking van ons team.

Helmond

Helaas stopte de financiële steun van de Gemeente Helmond in 2018. Het enthousiasme van het team is daardoor zeker niet minder geweest. Tot op heden hebben zij dan ook hun volledige inzet getoond in Helmond. Voor de toekomst gaat Door & Voor zich beraden over deze onbezoldigde inzet.

Het Peelteam ontwikkelde binnen Helmond inmiddels evengoed verschillende activiteiten zoals inloopsprekuren bij De Brem en het Claraklooster, cursussen Herstellen Doe Je Zelf en Werken Met Eigen Ervaring, individuele clientondersteuning voor korte en langere termijn.

Deurne

In de gemeente Deurne nam Door & Voor deel aan een koplopersproject, waarbij onafhankelijke cliëntondersteuning op ieder vlak inzetbaar is: van informele zorg tot specialistische zorg. Onder begeleiding van een projectcoördinator van MEE Zuidoost Brabant werkt Door & Voor samen met vrijwilligersorganisaties als KBO, Zonnebloem, LEV-groep, Belangenvereniging Gehandicapten, Cratosvrienden en met de formele zorgpartijen binnen Zorg in Deurne.

Someren

De gemeente Someren nam het initiatief om samen met o.a. Door & Voor, Onis Welzijn, Zorgbelang Brabant en Zelfhulpnetwerk een betere zichtbaarheid en bereikbaarheid binnen deze gemeente mogelijk te maken.

Dit resulteerde in verschillende presentaties van het aanbod van Door & Voor en regelmatig bezoek aan het Sociaal Café Asten/Someren.

Asten

Binnen de gemeente Asten werd Door & Voor lid van het Lokaal Sociaal Netwerk. Concrete invulling van dit lidmaatschap zal in 2020 plaats gaan vinden.

Contacten in cijfers

De vrijwillige ervaringsdeskundigen hadden in 2019 met name zitting in Uden, Helmond en Oss. Tevens waren zij telefonisch te bereiken en via de verschillende sociale media. Zij sloten aan bij verschillende lokale initiatieven, met name voor belangenbehartiging en ondersteuning.

In totaal werden zij ruim 4586 maal geraadpleegd voor een gesprek of ondersteuning. Deze 4586 contacten waren qua onderwerpen in hoofdlijnen als volgt te verdelen.

Onderwerp	Aantal contacten
Wonen	11
Werken	22
Opleiding	385
Psychosociaal	186
Sociale contacten	154
Financiële ondersteuning	19
Voorlichting	1079
Databank	4
Crisiskaart	2533
Overige contacten, niet definieerbaar	193
Totaal	4586

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

Regio	Aantal contacten
Peelgemeenten	1065
Oss, Uden	2547
Land van Cuijk	231
's-Hertogenbosch	549
Meerijstad	159
Mijn Gemeente Dichtbij	26
Diverse	9
Totaal	4586

Cursussen

In 2019 verzorgde Stichting Door & Voor verschillende cursussen Herstellen Doe Je Zelf (HDJZ) en Werken Met Eigen Ervaring (WMEE).



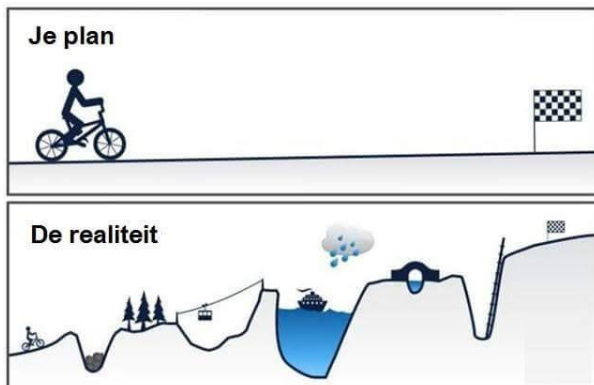
Cursus Herstellen Doe Je Zelf

Herstellen is een proces, geen eindpunt of doel

De cursus is gebaseerd op de Herstelvisie. In deze visie wordt herstel gezien als een proces, waarbij nieuwe zin en betekenis in het leven ontstaan na psychische problemen. Deze visie is gericht op het weer in handen nemen van het eigen leven ook al heb jij de symptomen van jouw 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 het leven.

Het eigen verhaal van de cursist is in deze cursus erg belangrijk. Deelnemers kunnen hierin veel voor elkaar betekenen. Door hun eigen verhaal te vertellen over de manier waarop zij hun eigen doelen proberen 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 de toekomst beter in handen te krijgen.

De bijeenkomsten gaan over: rehabilitatie en herstel, keuzes die jij maakt en overweegt, wat jij zelf doet of zou willen doen, welke steun jij kunt krijgen, welke invloed jij 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 kosteloos voor de deelnemer gevolgd worden.

In 2019 hebben in totaal 28 personen aan de cursus Herstellen Doe Je Zelf deelgenomen. De cursussen werden oorspronkelijk aangeboden in Den Bosch, Grave, Oss en Helmond en vonden op grond van de inschrijvingen uiteindelijk plaats in Den Bosch, Uden (Oss) en Helmond.

Werken Met Eigen Ervaring

De cursus Werken Met Eigen Ervaring is bedoeld voor mensen met persoonlijke ervaring op het gebied van psychische, psychosociale en/of verslavingszorg. In de cursus leer jij jouw opgedane ervaring in te zetten voor persoonlijk herstel.

Tijdens deze cursus krijg jij 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 jij als vrijwilliger aan de slag wilt gaan.

Ook kan het een eerste stap zijn op weg naar een MBO- of HBO-opleiding tot ervaringsdeskundige met als mogelijk doel een betaalde baan.

Aan cursus Werken Met Eigen Ervaring hebben in totaal 34 personen aan deelgenomen. Er werden 5 cursussen aangeboden in Oss, Uden, Asten, Den Bosch en Cuijk. Op grond van de inschrijvingen vonden er uiteindelijk 4 cursussen plaats in Oss, Uden, Den Bosch en Helmond.

Naast dit reguliere aanbod heeft Stichting Door & Voor in 2019 verschillende malen een cursus, training of workshop op maat verzorgd.

Crisiskaart

Stichting Door & Voor kende in 2017 al ca. 100 personen met een Crisiskaart. In die periode gaf landelijke aandacht voor personen met verward gedrag een extra impuls aan promotie en gebruik van deze Crisiskaart. Met subsidie van ZonMw startte Door & Voor medio 2017 een nieuw project om de Crisiskaart in de regio Oost Brabant breed onder de aandacht te brengen. De subsidie voor dit project was bedoeld voor één jaar. In dat jaar is de bekendheid van de Crisiskaart in de regio sterk verbeterd en zijn er met behulp van onze consultants regionaal verspreid diverse Crisiskaarten samengesteld. Aan het eind van de projectperiode heeft Door & Voor daarom verzocht het project, met het resterende budget, langer voort te mogen zetten. ZonMw gaf hiervoor toestemming tot 1 januari 2020.

Begin 2019 stond de teller op ruim 130 en waren voor ca. 60 bestaande kaarten updates gemaakt. In 2019 konden we hier nog eens 10 kaarthouders aan toevoegen en zijn wederom van 70 kaarten updates gemaakt.

Eind 2018 kende Door & Voor 11 ervaringsdeskundigen die waren opgeleid tot Crisiskaart Consulent. Met een tweede opleiding eind 2018 is in dit verslagjaar ook onze aanwezigheid in de Peelregio versterkt. Helaas bleek het moeilijk om deze vrijwilligers te blijven behouden. Om allerlei redenen bestaat het team sinds september 2019 nog uit 5 consultants. In 2020 gaan we nieuwe ervaringsdeskundigen werven.

De consultants gaven bij verschillende gelegenheden in de regio bekendheid aan de Crisiskaart. Dit betrof, naast presentaties bij regionaal overleg en bijeenkomsten met professionals, ook workshops op de Praktijkdag Voorbij de Verwarring in Den Bosch op 9 december 2019. Blijkens reacties tijdens deze voorlichtingsactiviteiten voorziet de Crisiskaart in een behoefte.

Dit leidt vervolgens niet altijd direct tot aanvragen. Verwijzers moeten 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 blijven nodig om zowel doelgroep als verwijzers met de Crisiskaart te bereiken.

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 consultant zijn belangrijk. Het samen opstellen van een Crisisplan geeft meer zicht op hun crisis.



Voorlichting

Ook in 2019 is Voorlichting een belangrijke pijler binnen Door & Voor geweest.

Zo waren de teamleden o.a. actief tijdens de volgende activiteiten:

- Voorlichting over ons werk als RCO (Regionale Cliënt Organisatie), de diverse cursussen, de Crisiskaart, cliëntondersteuning e.d. bij cliëntgroepen, instellingen en anderen;
- Voorlichting naar samenwerkingspartners: Welzijn, MEE, GGZ-en over Door & Voor, de projecten, de doelen en de visie;
- Aanwezig zijn op Zorgmarkten en 50+ beurzen in de regio;
- Voorlichting bij verwante organisaties: Welzijnswerk, MEE, AMW;
- Voorlichting over eigen projecten op locatie in de regio.

Een van de grotere projecten binnen voorlichting zijn de opdrachten die we uitvoeren op verzoek van het ROC Koning Willem I. Hier geven we onder andere voorlichting over stigma, herstel-ondersteunende hulpverlening, empowerment en bejegening. Deelnemers aan deze voorlichtingen zijn studenten van de afdeling verzorging en verpleging.



Gatekeeper 113 Suïcide preventie training

Medio 2019 heeft op initiatief van Door & Voor in samenwerking met het Wijkteam Noord Den Bosch en MEE een Gatekeeperstraining plaatsgevonden. Hieraan namen een vijftal medewerkers van Door & Voor deel.

Gatekeepers zijn mensen die een sleutelrol kunnen vervullen in het begeleiden van mensen met zelfmoordgedachten naar de juiste professionele hulp.

Het doel van de Suïcidepreventie-training Gatekeeper is het vergroten van kennis, scholen betreffende attitude en vaardigheden om te kunnen signaleren dat iemand aan zelfmoord denkt. Doel is hierna deze gedachten bespreekbaar te maken, leren inschatten hoe ernstig de zelfmoordgedachten zijn, grip te houden op de situatie en leren adequaat door te verwijzen.

Deze training is door de medewerkers van Door & Voor als waardevol ervaren.

Tijdens deze training vond een bijzondere uitwisseling plaats tussen professionals van beide organisaties en ervaringsdeskundige vrijwilligers.



Financiële situatie

Stichting Door & Voor wordt hoofdzakelijk gefinancierd vanuit jaarlijkse WMO-subsidie van alle gemeenten in de regio waarbinnen Door & Voor werkzaam is. Daarnaast is de regionale subsidie van centrumgemeente Oss voor de 10 gemeenten in Noordoost Brabant van belang.

Een bescheiden bron van inkomsten zijn de eigen bijdragen van de deelnemers aan de cursus Werken Met Eigen Ervaring.

In 2019 verloor Door & Voor met name in de Peelregio enkele belangrijke gemeentelijke bijdragen. Deze substantieel lagere inkomsten betekenden een gevoelige klap voor de stichting, maar konden in 2019 hoofdzakelijk worden opgevangen door inkrimping van het betaalde regionaal kader. Dit kan echter uiteindelijk geen structurele oplossing bieden. Het bestuur beraadt zich hierop en hoopt in 2020 nadere maatregelen te kunnen nemen. De financiële gegevens worden in de Jaarrekening 2019 separaat verantwoord.

Stichting Door & Voor is de volgende gemeenten zeer erkentelijk voor de WMO-subsidie die wij in 2019 van hen ontvingen en die daarmee ons (vrijwilligers-)werk mogelijk maken: Oss, Bernheze, Uden, Landerd, Boekel, Cuijk, Mill en St. Hubert, Grave, Sint Anthonis, Boxmeer, Zaltbommel, Maasdriel, 's Hertogenbosch, Vught, Sint-Michielsgestel, Haaren, Meierijstad, Deurne, Someren.

Een Herstelverhaal

Onze vrijwilligers werken vanuit en met eigen ervaring, zij zijn in staat om hun verhaal te vertellen op verschillende manieren. Mayra is ervaringsdeskundig vrijwilliger bij Door en Voor en wil graag haar herstelverhaal met u delen:

'Na de geboorte van mijn zoon kreeg ik een postnatale depressie, hierdoor kon ik mijn werk als shopmanager van een exclusieve damesmodezaak in Amsterdam niet meer doen. Mede ook vanwege mijn lichamelijke klachten (bekken instabiliteit, artrose voeten en handen en fibromyalgie) ben ik na 2 jaar ziek uit dienst gedaan. Tevens beëindigde ik mijn relatie vanwege de onveiligheid die er was.

Na vele omzwervingen konden we terecht bij de crisisopvang in Helmond. Na 6 maanden kreeg ik een eigen woning. Door de juiste hulp, met onder andere EMDR-behandeling kwam ik weer in contact met datgene wat me was overkomen. Het maakte veel los in mij: de confrontatie met het verleden van misbruik, mishandeling, verslaving, loverboy, zelfdoding en postnatale depressie.

Uiteindelijk heb ik alles een plekje kunnen geven en kon aan mijn herstel gaan werken. Ik stond weer positief in het leven, ondanks het feit dat ik in de schuldhulpverlening zat. Ik ging er alles aan doen om met mijn kind te genieten van ons huisje en het leven.

Via een re-integratie-traject bij het UWV kwam ik op de weg van ervaringsdeskundigheid bij Markieza Eindhoven, waar ik de cursussen Herstellen Doe Je Zelf en Werken Met Eigen Ervaring heb gedaan.

Na een terugval besloot ik te stoppen bij Markieza en na een tip kreeg ik de kans om bij de crisisopvang SMO in Helmond een herstelgroep mee op te starten. Dat gaf mij zoveel voldoening en het gevoel iets te kunnen betekenen. Ik kwam steeds meer uit mijn depressie. Vervolgens kwam ik in contact met Door en Voor, waar ik meteen kon starten als aspirant ervaringsdeskundige in het team Peel. En door mee te lopen met ervaren collega's kon ik leren in mijn eigen tijd en tempo.

Hoe is het nu?

2019 was voor mij een fantastisch jaar waarin mooie dingen op mijn pad zijn gekomen. Het was een jaar vol van inspiratie en motivatie. Ik ben ontzettend gegroeid en dat heeft een boost gegeven aan mijn zelfvertrouwen.

Door & Voor geloofde in mij en zag in mij kwaliteiten die zelf nog niet had ontdekt. Door dat vertrouwen in mij ben ik steeds meer in mezelf gaan geloven. Het bracht me uit mijn comfortzone en daardoor zijn er, naast de mooie dingen die ik met veel plezier mag doen, veel interessante en inspirerende projecten op mijn pad gekomen. Ik mag alles ontdekken (over mezelf) door zelf keuzes te maken welke nieuwe uitdaging ik binnen het vrijwilligerswerk wil doen bij Door & Voor.

De berg

De weg van mijn ervaring
kronkelt zich in bochten.

Om de berg van mijn wezen
slingert het omhoog.

Het dal van mijn jeugd
verdwijnt uit het zicht.

De nevelige waarheid
klaart het onaanwezige.

Waarheid is
wat beleefd wordt.

Het is enkel
de weg van de berg.

© Edwin Geurtz, 2017

