

Jaarverslag Stichting Herstelproces 2018



De stichting is opgericht op 11 februari 2016 bij Notaris Stotijn in De Wijk. Ingeschreven bij de Kamer van Koophandel en ANBI goedgekeurd.

De bestuursleden zijn:

Frank Zaadnoordijk heeft het voorzitterschap overgenomen van Koos de Boed. Helaas moest Hanneke Sleumer stoppen en is de functie van secretaris vacant. Nita de Boed is penningmeester.

de website is www.herstelproces.nl en ook is er een [facebookpagina](#)

Het doel van de Stichting is het organiseren en uitvoeren van activiteiten gericht op het ondersteunen en in werking stellen van empowerment en eigen herstel bij mensen die te maken hebben met psychische problemen.

Donaties en subsidies.

De stichting heeft geen eigen middelen en is afhankelijk van o.a. subsidies en giften. Alle medewerkers voor de weekenden zijn vrijwilligers. Voor een aantal andere activiteiten huren we ervaringsdeskundigen in.

- In 2018 hebben we prive giften ontvangen voor de algemene kosten van de stichting.
- Daarnaast hebben we van de Rotary SneekZuidwesthoek een subsidie van € 4.000,- gekregen voor het organiseren van 5 weekenden
- De gemeente Hoogeveen heeft bijgedragen aan voorlichting voor scholieren.
- De deelnemers dragen € 25 bij voor het deelnemen aan de herstel- en € 35 voor het deelnemen aan de verhalenweekenden
- Van ZonMW hebben we subsidie voor 2 jaar gekregen voor het opzetten en implementeren van de Crisiskaart in de Veluwe & Veluwevallei en is een subsidie toegewezen voor 1 jaar voor het inzetten van Ervaringsdeskundigen bij het Expertisecentrum Trauma en Verlies te Groningen.



Activiteiten 2018:

De weekenden:

<http://www.herstelproces.nl/herstelweekend-iets-voor-jou/>

In 2018 zijn 3 Verhalenweekenden en 1 Herstelweekend georganiseerd in Hotel De Oorsprong in St.Nicolaasga. Een goede locatie in verband met de rust die de deelnemers nodig hebben en financieel ook aantrekkelijk.

Aan deze weekenden hebben 19 mensen deelgenomen.

De begeleiders waren gediplomeerd ervaringsdeskundigen Koos de Boed, Djolien Reusien,



Dinand van Dijk en Ruth Overweg, Martine Wolfert en Dana Foss zijn met de opleiding bezig en draaien ook mee in de begeleiding.

Bij de **Herstelweekenden** gaat het vooral om het lotgenotencontact en inzicht in eigen Herstel. Velen hebben nog nooit met lotgenoten om tafel gezeten en hun verhaal kunnen/durven doen. Dit maakt veel los. Herkenning en erkenning is essentieel voor herstel. Onder andere mindfulness, creatieve onderdelen, een begin maken met het schrijven van je herstelverhaal zijn onderdelen van het weekend.

Maar vooral ook inzicht krijgen in HET Herstelproces. Dat is voor de meeste deelnemers een openbaring en wordt een kapstok om het eigen herstelproces aan op te kunnen hangen. Alle deelnemers hebben aan het weekend nieuwe vrienden en steuningenoten overgehouden. De doelstelling van de weekenden is dus zeker behaald.

De **Verhalenweekenden** zijn een vervolg op de Herstelweekenden en voor personen die al wat verder in hun herstel zijn. Het gaat nu vooral om het op papier of in beeld brengen van hun herstelverhaal. Dit verhaal is voor de meeste mensen na het weekend nog niet geheel af maar brengt ze een eind op weg. Bij het verder werken aan hun verhaal kunnen ze na afloop van het weekend altijd een beroep doen op de begeleiders.

Enkele van de verhalen zijn op de website/facebook gepubliceerd.

Crisiskaart in de Veluwe & Veluwevallei



ZonMW heeft ons een subsidie toegekend voor 2 jaar om crisiskaart consultants op te leiden en de crisiskaart te implementeren in de regio Veluwe & Veluwevallei. De start was in maart 2018. Hiervoor werken we samen met ervaringsdeskundigen van Boedies.

Inzet Ervaringsdeskundige in de Praktijk.

ZonMW heeft hiervoor een subsidie toegekend voor 1 jaar. De start was in december 2018.



Hiervoor is de samenwerking gevonden met Expertisecentrum Trauma en Verlies in Groningen. Dit is vooral gericht op hulp aan mensen die op

wat voor manier dan ook met suïcide(gedachten) te maken hebben of hebben gehad. Ook hiervoor werken we samen met ervaringsdeskundigen van Boedies.



In 2016 is een subafdeling opgezet: [FreeYourMindS](http://FreeYourMindS.nl).

Deze is gericht op jongeren in de leeftijd van 15-20 jaar. Het doel is lotgenotengroepen op te zetten voor deze leeftijdsgroep. Helaas komt deze activiteit niet goed van de grond en hebben we besloten hiermee te stoppen en ons te richten op andere activiteiten.



Stichting Herstelproces
www.herstelproces.nl
info@herstelproces.nl

KvK RSIN 856065547
ANBI
NL88RABO 0309 2451 41

Daarnaast:

- alle begeleiders hebben de Dag vd Ervaringsdeskundige 2018 te Heiloo bezocht en aan workshops meegedaan. Ook hebben we daar een stand bemand

- Ervaringsdeskundige Koos de Boed heeft meegewerkt aan de 'wereld suïcidepreventie dag' in Leeuwarden op 10 september 2018. Ook daar hebben we met een stand gestaan.

Inzet van ervaringsdeskundigen en naasten bij suïcide en suïcidepreventie

Wim Anker Zaal | 1e verdieping

In deze workshop vertellen een ervaringsdeskundige en een cliënt, vanuit hun eigen ervaringen met suïcidaliteit, wat ervaringsdeskundigen en naasten kunnen betekenen voor mensen met suïcide/suïcidale gedachten. De ervaringsdeskundige begeleidt op diverse manieren mensen met suïcidale gedachten en/of hun naasten en neemt u mee in de opgedane ervaringen. Er wordt ingegaan op verschillende aspecten die van belang zijn bij de inzet van ervaringsdeskundigen, want niet iedere ervaringsdeskundige kan ingezet worden bij suïcidaliteit.

Koos de Boed, ervaringsdeskundige Stichting Herstelproces, Ixta Noa Leeuwarden en GGz Centraal en Anne-Barbara Ankum, initiatiefnemer van Aurora, kenniscentrum voor Zelfdodingspreventie

