

# Jaarverslag Stichting Herstelproces 2020



De stichting Herstelproces is opgericht op 11 februari 2016 bij Notaris Stotijn in De Wijk.

Ingeschreven bij de Kamer van Koophandel en ANBI goedgekeurd.

De website is te vinden op [www.herstelproces.nl](http://www.herstelproces.nl)

Ook hebben we een facebookpagina. Klik hier voor de directe link [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.

## **Het bestuur.**

Het bestuur bestaat uit Dineke Katerberg als voorzitter, Frank Zaadnoordijk is algemeen bestuurslid en Nita de Boed is penningmeester/secretaris.

## **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 2020 hebben we prive giften ontvangen voor de algemene kosten van de stichting.
- We hebben een donateursactie opgezet en hierdoor 101 donateurs binnengehaald voor minimaal 25 euro per donateurschap. Zij zijn minimaal 1 jaar lid.
- De deelnemers dragen voor zover mogelijk € 25 bij voor het deelnemen aan de herstel- en € 35 voor het deelnemen aan de verhalenweekenden
- Van ZonMW hebben we in 2018 subsidie gekregen:
  - \* 2 jaar voor het opzetten en implementeren van de Crisiskaart in de Veluwe & Veluwevallei. Deze is in 2020 afgerond
  - \* 1 jaar voor het inzetten van Ervaringsdeskundigen bij het Expertisecentrum Trauma en Verlies te Groningen. Deze is verlengd en begin 2020 afgerond.
  - \* 2 jaar voor het opzetten en implementeren van de Crisiskaart in Proeftuin Ermelo. Deze is in overleg met ZonMW vervroegd in 2020 afgeslankt naar een kleiner project.
- We hebben van het Oranjefonds een subsidie ontvangen voor HerstelProcesOnline. Dit is een subsidie voor een halfjaar en het project is inmiddels officieel afgerond.



## **Activiteiten 2020**

### **De weekenden**

In 2020 zijn in maart en september een Verhalenweekend en in augustus een Herstelweekend georganiseerd in Hotel De Oorsprong in St.Nicolaasga. Een goede locatie in verband met de rust die de deelnemers nodig hebben en financieel aantrekkelijk gemaakt door medewerking van De Oorsprong.

Aan deze weekenden hebben in totaal 14 mensen deelgenomen.

Helaas konden de andere weekenden in verband met de corona maatregelen niet doorgaan.

De begeleiders voor de weekenden zijn ervaringsdeskundigen: Koos de Boed, Martine Wolfert, Dana Foss, Ruth Overweg, Dianne Jager en Jantine Bult. Als nieuwe begeleiders hebben we Kurt v Houten en Arkea Fatih kunnen toevoegen. We hopen hen in 2021 volop in te kunnen zetten.

Bij de **Herstelweekenden** gaat het vooral om het lotgenotencontact en inzicht in eigen Herstel. Velen hebben nog nooit met lotgenoten om tafel gezeten en vrij 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. Daarnaast is vrij kunnen praten met gelijkgestemden erg belangrijk en geeft de deelnemers ruimte en rust in hun hoofd. Door de locatie aan de rand van een bos kunnen de deelnemers indien nodig ook even letterlijk rust opzoeken.

Alle deelnemers hebben aan het weekend nieuwe vrienden en steuningenoten overgehouden. De doelstelling van de weekenden is dus zeker behaald. Veel van de deelnemers geven zich gelijk op voor een verhalenweekend.

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. Door de begeleiders wordt ook verschillende mogelijkheden om je verhaal te doen aangereikt.

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

Klik hier voor de info en opgave mogelijkheid voor de weekenden: [Herstelproces](#)





### **Crisiskaart in de Veluwe & Veluwevallei**

ZonMW heeft ons een subsidie toegekend voor 2 jaar om crisiskaart consulenten 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. Dit project is in 2020 afgerond. Er zijn 2 opleidingen georganiseerd en hierbij zijn 20 crisiskaart consulenten opgeleid. Ook is bij diverse instanties de mogelijkheid aangegeven om de cliënten een crisiskaart aan te bieden.



### **Crisiskaart/Hulpkaart proeftuin Ermelo**

Ook hiervoor hebben we een subsidie ontvangen van ZonMW. Dit project is ook voor 2 jaar en is begonnen in november 2018. Dit project is vervroegd afgerond in 2020. Door diverse redenen (oa. de beperkingen door de coronamaatregelen) zijn er niet het aantal crisiskaarten gemaakt die beoogd waren. Een deel van het project wordt in overleg met ZonMW overgenomen door Praktijkhuis Harderwijk. Zij gaan in 2021 een opleiding tot crisiskaartconsulent organiseren en gaan vanuit het praktijkhuis crisiskaarten maken.

### **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 suicide(gedachten) te maken hebben of hebben gehad. Ook hiervoor werken we samen met ervaringsdeskundigen van Boedies.

Dit project is 2 maanden verlengd en begin 2020 afgerond. Er was helaas geen subsidie ruimte om dit zeer geslaagde project voort te zetten.



### **HerstelprocesOnline**

Dit hebben wij dankzij een subsidie van het Oranjefonds op kunnen zetten. Hiervoor is een website gemaakt [www.herstelprocesonline.nl](http://www.herstelprocesonline.nl) met een chat en telefoonnummer wat vele dagdelen en elke avond bemand werd door een van de vrijwillige ervaringsdeskundigen van o.a. SuicidePreventieCentrum en Boedies. De subsidie periode is inmiddels afgerond maar HerstelProcesOnline vrijwilligers blijven voorlopig nog wel actief op chat en in vaste contactmomenten met 'bellers' die nog hulp nodig hebben. Dit kan vanzelfsprekend niet van de een op andere dag afgehandeld. Stichting HerstelProces blijft dit project steunen door de telefoon- en websitekosten te



betalen.

Er zijn gemiddeld 45 contacten per week geweest. Het is een goede aanvulling geweest op het wegvallen van de (therapie) contacten en de onrust die de corona maatregelen met zich meebrachten.



### **Daarnaast**

- heeft het bestuur 6 keer vergaderd waarvan de meeste vergaderingen via Zoom
- is er een nieuwe website gemaakt die in 2021 de lucht in gaat
- is aan alle vrijwilligers een kerstpakketje gestuurd

Door de coronamaatregelen hebben we geen andere activiteiten kunnen ontwikkelen. Wel heeft Koos de Boed samen met Jeannette Pullen het Suicide Preventie Centrum opgericht. Dit valt momenteel nog onder onze paraplu maar gaat binnenkort een eigen stichting vormen.

Zij hebben vanuit de gemeente Harderwijk een subsidie gekregen om een fysiek centrum te openen waar mensen met suïcidale gedachten en iedereen die info wil vrij naar binnen kunnen lopen. Ook is er een lotgenotengroep opgezet voor mensen met suïcidale gedachten en ook voor naasten van hen. Daarnaast worden er (gratis) signaleringstrainingen gegeven waar zeer veel animo voor is.

Vanuit ZonMW is er voor 2021 subsidie toegewezen voor het opzetten van lotgenotengroepen.

Voor meer informatie kijk op [www.suicidepreventiecentrum.nl](http://www.suicidepreventiecentrum.nl)

NB januari 2021



Stichting Herstelproces  
[www.herstelproces.nl](http://www.herstelproces.nl)  
[info@herstelproces.nl](mailto:info@herstelproces.nl)

KvK RSIN 856065547  
ANBI  
NL88RABO 0309 2451 41