

Jaarverslag Stichting Herstelproces 2021



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

De stichting is ingeschreven bij de Kamer van Koophandel en ANBI goedgekeurd.

De website is te vinden op www.herstelproces.nl

Ook is er 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 2021 hebben we privé giften ontvangen voor de algemene kosten van de stichting.
- De deelnemers dragen bij naar draagkracht. Dit varieert van € 150 tot de minimum bijdrage van € 25 voor het deelnemen aan de herstel- en € 35 voor het deelnemen aan de verhalenweekenden
- Van ZonMW hebben we in 2018 subsidie gekregen voor 2 jaar voor het opzetten en implementeren van de Crisiskaart in Proeftuin Ermelo. In 2021 is dit project afgesloten.
- Van het Oranjefonds is er een eenmalige bedrag beschikbaar gesteld vanuit Appeltje van Oranje voor HerstelProcesOnline. Dit bedrag is in 2 gedeelten binnengekomen, deel 2 in 2021.



Activiteiten 2021

De weekenden

In 2021 is er helaas alleen in juni een herstelweekend georganiseerd in Hotel De Oorsprong in St. Nicolaasga. Aan dit weekend hebben 4 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, Kurt v Houten en Arkea Fatih. Helaas hebben we Kurt en Arkea in 2021 nog niet in kunnen zetten. We hopen hen in 2022 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 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.

Veel deelnemers hebben aan het weekend nieuwe vrienden en steunnoten 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:

www.Herstelproces.nl/aanbod



Crisiskaart/Hulpkaart proeftuin Ermelo

Hiervoor hebben we een subsidie ontvangen van ZonMW. Dit project is voor 2 jaar en is begonnen in 2018. Dit project is afgeslankt in 2020. Door diverse redenen (oa. de beperkingen door de coronamaatregelen) zijn er niet het aantal crisiskaarten gemaakt die beoogd waren. Dit project is in 2021 afgesloten. Een deel van het project is in overleg met ZonMW overgenomen door het Praktijkhuis IXTA NOA Harderwijk.





HerstelprocesOnline

Dit hebben wij dankzij een subsidie van het Oranjefonds in 2020 op kunnen zetten. Hiervoor is een website gemaakt 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. het

SuicidePreventieCentrum en Boedies. De subsidie periode is inmiddels afgelopen maar HerstelProcesOnline vrijwilligers blijven actief op chat en in vaste contactmomenten met 'bellers' die nog hulp nodig hebben. Dit project valt nu onder het SuicidePreventieCentrum en Boedies. Er zijn gemiddeld 45 contacten per week

Stichting HerstelProces blijft dit project steunen door de telefoon- en websitekosten te betalen. Ook is er vanuit het Oranjefonds een eenmalige extra bijdrage geweest vanuit Appeltje van Oranje.

Daarnaast

- heeft het bestuur 3 keer vergaderd waarvan de meeste vergaderingen via Zoom
- is de nieuwe website in de lucht
- zijn we eindelijk met bestuur en vrijwilligers samen kunnen komen in Dronten (www.omasknopenoos.nl) Na kennismaking en overleg zijn we creatief bezig geweest en is er gezamenlijk geluncht.

Door de coronamaatregelen hebben we geen andere activiteiten kunnen ontwikkelen.

Wel is vanuit Stichting Herstelproces het Suïcide Preventie Centrum opgericht. Dit is in 2021 een aparte stichting geworden.

Voor meer informatie kijk op www.suicidepreventiecentrum.nl

**SUÏCIDE PREVENTIE
CENTRUM**

NB januari 2022

