

Stichting
Clënteninitiatieven
Jaarverslag 2014



De Kentering
mei 2015

VOORWOORD

De medewerkers van de Kentering hebben een druk jaar achter de rug. Er is veel in beweging op het gebied van zorg en welzijn en werk & inkomen. Onze vrijwilligers waren druk met het kritisch volgen van de veranderingen zoals de transitie en het inspreken bij het nieuwe College. Ook was de Kentering doende met het verder uitbouwen van samenwerking met WIG, BWN en Onderling Sterk in een nieuw Zelfregiecentrum. We organiseerden een 2e Nijmeegse Bindingsdag, een drukbezochte Dag van de Kwaliteit in de Lindenberg en onze cliëntondersteuners waren weer druk met het helpen van cliënten met allerlei soorten vragen op het vlak van zorg, welzijn, belastingen en inkomen.

Samenwerking binnen het Zelfregiecentrum

Er is in 2014 vooral op praktisch vlak samengewerkt met de organisaties aan de Jorisstraat 72 (WIG, Onderling Sterk, BWN) die samen met De Kentering het Zelfregiecentrum (ZRC) Nijmegen uitmaken.

Maandelijks is er een beleidsoverleg, waarin wordt afgestemd hoe er inhoudelijk gereageerd gaat worden op beleidsvoorstellen van de gemeenten op het terrein van zorg, werk, inkomen en waar ook andere vormen van inhoudelijke samenwerking ter sprake komen. Zo is er vanuit dit beleidsoverleg in samenwerking met de WMO Denktank, de adviescommissie JMG op 14 maart 2014 een verkiezingsdebat over de WMO georganiseerd, voorafgaand aan de Gemeenteraadsverkiezingen van 19 maart.

Naast dit beleidsoverleg vindt er overleg plaats tussen beroepskrachten van de aangesloten organisaties en tussen de werkgroepen die zich met PR en voorlichting bezighouden. Ook is er gestart met een reeks overleggen over de vormgeving van inloopvoorzieningen in de regio, een ontwikkeling die nog doorloopt.

Over het vinden van een organisatievorm voor het samenwerkingsverband ZRC vond in juni een bezinningsmiddag plaats van de besturen van de aangesloten organisaties. Hier waren ook vertegenwoordigers van de vrijwilligers van De Kentering en de BWN bij aangeschoven. Doel van deze bijeenkomst was om de samenwerking te evalueren en na te denken over de toekomstige vorm ervoor. Om de eigenheid van de afzonderlijke organisaties te behouden, maar toch een stichting te hebben die het woord kan voeren voor het ZRC, wordt besloten een neutrale stichting op te richten waarin de vier organisaties WIG, De Kentering, Onderling Sterk en BWN de (kern)samenwerkingspartners worden, die vandaaruit ook samenwerking met andere organisaties kunnen zoeken.

In december 2014 liep het eerste samenwerkingsconvenant af en is besloten het bestaande samenwerkingsconvenant te verlengen. In vervolg op de vrijwilligersbijeenkomsten in 2013 over het thema zelfregie, kwam er in oktober een vervolg met soep om met andere vrijwilligers kennis te maken met de vraag 'Wat doe jij?'.

Dat de subsidieaanvraag voor 2015 wordt gehonoreerd, betekent dat ook de cursussen WRAP en de WMEE op de locatie Limoslaan doorgang kunnen vinden. Dit geeft voor nieuwe deelnemers kansen te werken aan een plan voor hun eigen herstel dan wel zich te scholen om zich als ervaringsdeskundige voor anderen in te zetten. De wittebroodsweken zijn voorbij, maar samengewerkt wordt er wel. (VvD)

Week van de Psychiatrie

De Week van de Psychiatrie is een landelijke manifestatie waarin er speciale aandacht is voor mensen met een psychische beperking. Dit jaar was het thema 'Baas in eigen Leven'. Erg actueel, nu er een groter beroep wordt gedaan op eigen regie en eigen kracht. De Kentering organiseerde op 25 maart samen met de Centrale Cliëntenraad van de RIBW een activiteitenmiddag voor cliënten en betrokkenen.

Het spits werd afgebeten door Rika Hop, medewerkster van het Herstelbureau. Ze gaf een presentatie over de WRAP, dat staat voor Wellness Recovery Action Plan. De WRAP is een zelfhulpinstrument waarmee mensen werken aan hun herstel en greep kunnen krijgen op hun eigen leven. Daarin kunnen allerlei handvaten staan, als ze je maar een goed gevoel geven.

Daarna volgde een presentatie van Team VITA. VITA is een project dat gezond leven promoot. Dit kunnen mensen op allerlei manieren vormgeven. De middag werd in stijl afgesloten door de Kentering Huisband Clean & Distorted met onder meer hun toepasselijke 'zelfregie-blues'. Kortom: een geslaagde middag met inspirerende sprekers en zo'n 40 tevreden bezoekers. (WK)

Lotgenotencontact & zelfhulpgroepen bij De Kentering

Zelfhulpgroep Mantelzorg Psychiatrie

Bij Mantelzorg wordt vaak gedacht aan de zorg van kinderen voor hun (dementerende) ouders of de zorg van ouders voor hun lichamelijke of verstandelijk gehandicapte kind. Maar mantelzorg gaat ook vaak over mensen die moeten zorgen voor een (volwassen) zoon/dochter of partner met een psychiatrische ziekte.

De groep die ooit begon bij het toenmalig Steunpunt Mantelzorg is met succes overgenomen door de Kentering.

Dat wil zeggen: met enige ondersteuning van de coördinator Lotgenotencontact van de Kentering, draaide deze groep in 2013 gestarte groep geheel zelfstandig. Deze lotgenotengroep komt éénmaal per maand bij elkaar bij ZRC De Kentering. De bijeenkomsten zijn hun 'heilig', ze delen ervaringen, ondersteunen en bemoedigen elkaar. Dat vergt een veilige sfeer; de groep heeft een besloten karakter. In de loop van 2014 heeft één persoon de groep verlaten om zich bij een andere groep te voegen. Een ander is er bijgekomen zodat de groep uit acht personen blijft bestaan. (MvdZ)

'Contact kwijt groep'

De vraag kwam van iemand die bij Pro Persona een cursus volgde voor familieleden van mensen met een psychiatrische ziekte. "Of en hoe het mogelijk was een groep te starten voor mensen die ongewild het contact met hun kind zijn kwijt geraakt." Het onderwerp kreeg de aandacht van een journalist van de Gelderlander. Naar aanleiding van een interview in de krant door drie mensen met een zelfde soortige ervaring, kwamen er vijftig reacties! De eerste drie bijeenkomsten zijn opgevangen door twee begeleiders. Er bleek enorm veel behoefte aan het delen van ervaringen. Voor een aantal mensen was dit voldoende; anderen konden of wilden zich niet in een groep vastleggen bij nader inzien. Inmiddels is er een redelijk stabiele groep van ongeveer 12 mensen over die maandelijks bij elkaar komt. Ze worden begeleid door iemand met ervaring in het begeleiden van groepen met het doel dat de groep zichzelf staande gaat houden. Dit schrijft een deelnemer: "Eén keer in de maand ga ik naar de lotgenotengroep 'contact met je kind kwijt'. Het is de pleister op een zeer pijnlijke wond. Ik vind er warmte, erkenning en herkenning. Ik kan er alles vertellen wat ik kwijt wil. Mensen hebben geen oordeel maar luisteren en troosten. We zijn eerlijk tegen elkaar geven tips en leven mee. Het is een fijn gevoel en ik weet dat ik niet alleen sta. Het geeft me de kracht om weer verder te gaan." (MvdZ)

Ypsilon

Ypsilon is een landelijke vereniging van familieleden/betrokkenen van mensen met een psychose-gevoeligheid. Regionaal was de afdeling de laatste jaren een beetje ingeslapen. Via via kwam de nieuwe regio-verantwoordelijke in contact met De Kentering; zij wil graag nieuw leven blazen in de activiteiten. Na wat voorwerk met twee vanuit ons netwerk bekende Ypsilonleden, heeft in november 2014 een eerste bijeenkomst plaatsgevonden. De opkomst was nog niet echt groot, negen mensen. Toch bleek dit voldoende om er voortgang aan te geven. Voor 2015 staan twee bijeenkomsten gepland. Naast het lotgenotencontact, informatie-uitwisseling en ervaringen delen, wordt gezocht naar mogelijkheden om te werken aan gezamenlijke belangenbehartiging. (MvdZ)

Anoïksis

Anoïksis is een landelijke vereniging voor mensen met een psychosegevoeligheid. Met de komst van een nieuwe regio-verantwoordelijke is sinds 2012 is de afdeling Nijmegen en omstreken weer actief geworden. Elke twee maanden is De Kentering op een zaterdagmiddag de uitvalsbasis voor een bijeenkomst: er wordt een thema besproken, een film gedraaid, een workshop gehouden of een buitenactiviteit georganiseerd zoals midgetgolf, wandelen en pannenkoek eten. Er zijn tussen de 10 á 20 deelnemers die zelf de verantwoordelijkheid nemen voor de organisatie. De bijeenkomsten zijn bedoeld voor leden van Anoïksis en actieve vrijwilligers van De Kentering. (MvdZ)

Kring van Verbinding

"Op zondagmorgen, geen kerkgang meer, wel een verlangen.....naar inspiratie, het delen van het 'heilige' ook dat van het alledaagse, verbinding met dat wat groter is, met elkaar, met jezelf. " Een voormalig ervaringsdeskundige van De Kentering organiseert elke 3e zondag van de maand deze Kring van Verbinding. Iedereen is van harte welkom. De bijeenkomsten vinden plaats in de benedenruimte van De Kentering en soms buiten. Er zijn gemiddeld 15 deelnemers. (MvdZ)

Basisberaad Rivierenland

Het basisberaad is een overleg van vertegenwoordigers van Iriszorg, RIBW en Pro Persona in het Rivierengebied. Elke 2 maanden komen 8 vrijwilligers bijeen om zaken te bespreken die GGz-cliënten in de regio aangaan. We hebben onder andere gesproken over de verschraving van het aanbod van dagbesteding, het gemis van coördinatie bij de Vriendendienst, de verhuizing van de Inloop van Iriszorg en de positie van ervaringsdeskundigen in dienst bij Pro Persona. Leden van het Basisberaad hebben deelgenomen aan activiteiten van Ruimte voor Anders zijn, Binding in de regio en diverse WMO-activiteiten van gemeentes. Als werkgroep hebben we zelf in het voorjaar een activiteit in het kader van de Week van de Psychiatrie georganiseerd. In het najaar hebben we een informatiebijeenkomst georganiseerd voor cliënten en beleidsmakers over veranderingen in de WMO. Beide bijeenkomsten waren goed voor een gevulde DAC-Dolfijn met meer dan 35 geïnteresseerden. (JA)

Bert Arts-prijs 2014

Eind mei vond de 10e editie plaats van 'Binding in de Regio', een tweedaagse cursus voor cliëntenraden van GGZ-instellingen in de regio van Nijmegen. Hierbij werd voor de derde keer de Bert Arts-competitie gehouden. Bert Arts was een bevolgen man die mede aan de wieg stond van De Kentering. Wie kan met net zoveel passie een project, idee of zienswijze overbrengen zoals hij dat kon? Daar gaat het om bij deze competitie. Dit keer hebben vijf enthousiaste sprekers meegestreden. Voor een aandachtig gehoor hebben de kandidaten hun pleidooi gehouden. Aan de jury de moeilijke taak om tot een eindoordeel te komen. Daarbij is Krachtverhalen de winnaar geworden. De Bert Arts-prijs, een kunstwerk en financiële steun werden aan de winnaar overhandigd. (JA)

Cliëntondersteuning

De Kentering biedt al jaren laagdrempelige cliëntondersteuning aan mensen met een psychiatrische achtergrond (in de breedste zin van het woord) en aan hun betrokkenen. Vaak gaat het om mensen die zich bij de reguliere ondersteuningsorganisaties zoals NIM of MEE niet voldoende begrepen voelen. Er werken drie cliëntondersteuners, allen op parttimebasis. In 2014 heeft een stagiaire Maatschappelijk Werk gedurende drie maanden kennisgemaakt met ons werk en onze cliënten.

Soort vragen

De vragen die we krijgen kunnen overal betrekking op hebben: PGB, financiën, werk/vrije tijd, ervaringsdeskundigheid, lotgenotencontact, informatie over zorginstellingen etcetera. De meeste vragen gingen over financiële regelingen (inkomenscheck, belasting teruggave), het indienen van bezwaarschriften of klachten, aanvragen van CIZ of WMO-indicatie en PGB, veranderen van hulpverlener of van verzekeraar, vragen over dagbesteding, vrijwilligerswerk of zoeken naar een woning of nachtopvang. De hulpvraag bij het invullen van belastingaangifte loopt verder terug nu er steeds minder gebruik gemaakt kan worden van aftrekposten.

Het aantal ingewikkelde vragen is echter toegenomen: hulp bij toeleiding naar schuldhulpverlening in combinatie met bezwaar maken tegen besluiten van bijvoorbeeld de WAJONG-uitkering, zoeken naar passende langdurende begeleiding, bemiddeling tussen hulpverlening en cliënten etc. Incidenteel gaan cliëntondersteuners mee naar rechtbank of geschillencommissie om cliënten bij te staan. Bij vragen naar financiële ondersteuning ten behoeve van cliënten individueel werd soms contact gezocht met fondsen.

Steeds meer vragen gaan over mogelijkheden voor participatie, het nemen van eigen initiatieven, vrijwilligerswerk en betaald werk en over cursussen op het terrein van ervaringsdeskundigheid en het oppakken van de eigen regie.

ZRC De Kentering werd ook door familieleden en andere betrokkenen benaderd met vragen over de (on)mogelijkheden van de hulpverlening, mantelzorgondersteuning en lotgenotencontact. En vooral ook voor het "luisterend oor".

Incidenteel gaf een cliëntondersteuner voorlichting aan groepen over alle veranderingen die er plaatsvinden rondom de transitie en de participatiewet.

Werkplek en inlooppreekuur

Cliënten kwamen doorgaans en bij voorkeur op afspraak bij ZRC De Kentering aan de Limoslaan. Maar ondanks de minder centrale ligging vond spontane inloop weer regelmatig plaats! Indien nodig ging de cliëntondersteuner op huisbezoek. Eerste contacten verliepen steeds vaker via de mail en werden daarnaast ook telefonisch of per mail onderhouden. In 2014 zijn ruim 325 mensen geboekt als individuele cliënten met een hulpvraag. Qua uren vergde dit een zeer uiteenlopende tijdsinvulling. Soms was een enkel telefoontje voldoende maar regelmatig waren meerdere contactmomenten en/of langdurige ondersteuning gewenst.

Bij Pro Persona te Nijmegen wordt wekelijks een spreekuur gehouden en in de regio Rivierenland komt de cliëntondersteuner op afspraak bij RIBW DAC Dolfijn in Tiel.

De Stek, in Beuningen biedt een extra opvanggelegenheid voor mensen die als gevolg van de AWBZ-pakketmaatregel geen ondersteuning meer krijgen. In 2014 bestond onze bijdrage uit een tweewekelijks spreekuur, ongeveer 30 bezoekers hebben daar gebruik van gemaakt. Het informatiepunt De Stek, in Beuningen, is een samenwerkingsverband tussen de Driestroom, RIBW en De Kentering.

Overige activiteiten en contacten

De medewerkers van de Sociale Wijkteams en hun cliënten wisten ons steeds vaker te vinden als 'sparring partner' of voor informatie of doorverwijzing. Ook met de RIBW en Woonzorgnet zorgden 'warme contacten' voor allerlei vormen van samenwerking, waaronder voorlichting geven over actuele veranderingen en cliënten wijzen op elkaars cursussen. Verder onderhielden we ons netwerk met onder andere Stichting Jutte van der Voorst, MEE, Indigo, Interlokaal, Maatschappelijk Werk CWZ, Unitacademie, Nieuwe Lente, Rigtergroep.

We namen deel aan bijeenkomsten over WMO-beleid in Nijmegen en omliggende gemeenten met als doel problemen van onze doelgroep specifiek voor het voetlicht te brengen. Op gemeentelijk niveau namen we deel aan overlegvormen zoals het Platform Schuldhulpverlening en het WMO-uitvoeringsoverleg en op buurtniveau aan de netwerkluiches van hulpverlenersorganisaties uit Nijmegen-Oost. Landelijke waren er bijeenkomsten in Utrecht over veranderingen in de zorg met betrekking tot cliëntondersteuning en in Den Haag een Anti-stigmacongres. (MvdZ)

Nijmeegse Bindingsdag

Op 29 januari 2014 waren 35 deelnemers van 7 cliëntenraden uit de zorg aanwezig op de ontmoetingsdag voor de regio Nijmegen en omgeving. De dag stond in het teken van verbanden aangaan en inhoudelijke verdieping. De thema's dagbesteding en ervaringsdeskundigheid kwamen uitgebreid aan bod.

Er waren presentaties van Bureau Herstel van de RIBW over hoe zij omgaan met herstel. IrisCovery vertelde over de inzet van ervaringsdeskundigen bij hun projecten. In de middag was er de mogelijkheid deel te nemen aan 4 workshops met de thema's ervaringsdeskundigheid en dagbesteding. Ervaringsdeskundigheid vloeit voort uit een proces in drie stappen: het hebben van ervaringen, ervaringen van anderen kunnen meenemen en deze ervaringen kunnen inzetten. Daarbij moet men wel afstand kunnen nemen van de eigen ervaringen en deze geaccepteerd hebben. De Kentering geeft cursussen Werken met Eigen Ervaring.

Het thema dagbesteding maakte vele reacties los. Zo zou de gemeente weinig oog hebben voor mensen die een veilige omgeving nodig hebben. Toegankelijkheid is nodig evenals het bereiken van de uitvallers en de mensen die achter de geraniums blijven zitten. Als geheel een geslaagde dag met veel ontmoetingen, interactie en verdieping van de thema's. (WK)

Uitje Kentering

Ook in 2014 was er een uitje met de Kentering. Dit jaar gaan we op donderdag 10 juli naar Ouwehands Dierenpark in Rhenen. We verzamelen 's morgens vroeg bij De Kentering. Er zijn gelukkig genoeg auto's om iedereen te kunnen vervoeren. De auto van Corine neemt dankzij Rutger een tour door Wageningen, zodat het iets langer duurde tot zij bij het dierenpark aankwamen. We gaan met z'n allen naar binnen. Gauw vormen zich groepjes of gaat iedereen zijn weg. Er is erg veel te zien, onder andere prachtige giraffen, witte leeuwen en grote gorilla's.

Het is schitterend weer. Warm en zonnig. Echt heel bijzonder, omdat het de afgelopen dagen echt pokkenweer was. We lunchen gezamenlijk bij het restaurant.

Daarna gaat iedereen weer zijn eigen gangetje. Erg leuk is de monorail, waar je helaas maar een klein stukje van het park van boven kunt zien.

Het berenbos is ook bijzonder. Hier worden beren, die een ellendig leven hebben gehad als attractiebeer, opgevangen in een aantal hectaren bos. We kunnen ze goed zien, in tegenstelling tot de vossen, die er ook schijnen rond te lopen. De aquaria zijn ook heel prachtig en zeker de moeite waard. Hele bijzonder vissen in allerlei verschijningen. We drinken met z'n allen nog een drankje en gaan omstreeks 16.00 weer richting de Kentering. Het is een zeer geslaagde dag. (CS)

Sfeerimpressie congressen

In 2014 hebben vrijwilligers van De Kentering verschillende landelijke en lokale congressen bezocht, waarbij veel werd genetwerkt en vaak ook een inhoudelijke bijdrage werd geleverd.

Het congres 'Anders denken over psychische aandoeningen' was georganiseerd door het ministerie van volksgezondheid. Het doel van dit congres, dat plaats vond in Den Haag, was om het stigma op psychische aandoeningen te bestrijden. Er waren veel cliënten en ervaringsdeskundigen aanwezig, maar ook werkgevers, belangenbehartigers en politici. Eén van onze vrijwilligers zag zelfs kans om premier Rutte een informatiebrochure over psychoses te overhandigen. Omdat er veel aandacht was in de media voor dit congres, hopen we dat er snel een vervolg op komt.

Een ander landelijk congres dat we hebben bezocht was georganiseerd door het Landelijk Platform GGZ, de grootste belangenorganisatie voor ggz-cliënten in Nederland. Dit congres had als thema 'ED in 3D', met andere woorden: welke rol kunnen ervaringsdeskundigen spelen in de drie grote decentralisaties? Omdat het kleinschaliger was opgezet dan het congres in Den Haag, was er meer ruimte voor discussie en interactie. Daarnaast waren er presentaties van verschillende lokale initiatieven waarbij ervaringsdeskundigen zich inzetten om kwetsbare burgers te ondersteunen.

Onze vrijwilligers hebben actief bijgedragen aan het programma van twee Nijmeegse zorgcongressen. Vincent van Dongen heeft een lezing gehouden bij de eerste editie van het Stadscongres, dat in het teken stond van de Wet maatschappelijke ondersteuning en vooral bedoeld was voor zorgprofessionals. Twee andere vrijwilligers hebben een workshop gegeven over het inzetten van het eigen sociaal netwerk bij een hulpvraag, en welke haken en ogen hieraan zitten. Dit leidde tot een geanimeerde discussie onder de toehoorders.

Enkele maanden later vond de tweede editie van het Stadscongres plaats, alleen ditmaal bedoeld voor zorgcliënten. Ook hier hebben vrijwilligers van De Kentering workshops gegeven, één workshop met als doel cliënten te informeren over op welke manieren je invloed kunt uitoefenen op lokaal beleid. Een andere vrijwilliger gaf een workshop waarin een keukentafelgesprek werd nagespeeld, in twee versies: hoe het wel en niet moet. (JS)

Pleisterplaats voor de Ziel

"Ben je op zoek naar een plek van stilte, inspiratie, troost, samenzijn, hoop en het gevoel van verbondenheid? Ben je de weg naar de kerk, de moskee, de synagoge of andere spirituele plaats kwijt geraakt? Of zijn zij jou kwijt geraakt? Dan is de Pleisterplaats voor de Ziel misschien iets voor jou." Samen met de RIBW en ProPersona heeft de Kentering aan de wieg gestaan van de Pleisterplaats voor de Ziel. Een unieke samenwerking tussen vrijwilligers (binnen en buiten de psychiatrie) en professionals om zeer laagdrempelige zingevingsbijeenkomsten te organiseren. Elke eerste maandag van de maand wanneer het luchtalarm klinkt, komen zo'n vijftien tot dertig mensen 'voor wie het leven niet zo vanzelfsprekend is' bij elkaar om te luisteren naar een verhaal, wat muziek, een gedicht, toelichting. Geen interactieve bijeenkomst, wel gelegenheid om daarna met elkaar te praten. De sprekers, inmiddels een vaste groep van mensen van verschillende achtergrond (Joods, humanistisch, vertellers, persoonlijke inspirators) doen dat op vrijwillige basis; bij elke bijeenkomst, die in Centrum De Appel plaatsvinden, is een professional aanwezig om de vrijwilligers waar nodig bij te staan.

(MvdZ)

HEE-groep

De Herstelgroep is een lotgenotengroep waarin je samen met anderen werkt aan je eigen herstel. Herstel is niet hetzelfde als genezing maar betekent dat je leert zien waar je kwetsbaarheden en talenten liggen en dat je daarmee weer baas wordt over je eigen leven. HEE staat voor Herstel, Ervaring en Empowerment.

In 2014 is er één Herstelgroep georganiseerd bij ZRC De Kentering. Een ervaringsdeskundige 'kartrekker' is, samen met een co-kartrekker een groep gestart van zes deelnemers. Deze zijn 12 keer bij elkaar geweest om met elkaar in gesprek te raken over thema's als: vrije tijd, medicatie, omgaan met relaties etc. Naderhand is nog een terugkombijeenkomst geweest. Het Hersteltraject is ontwikkeld door het Trimbosinstituut. De bedoeling was dat de co-kartrekker op den duur zelf een nieuwe groep zou gaan starten. Helaas is dat door persoonlijke omstandigheden niet doorgegaan.

(MvdZ)

WRAP

In het voorjaar van 2014 heb ik bij de Kentering de cursus WRAP gevolgd. WRAP staat voor Wellness Recovery Action Plan. Het is een niet-diagnosegebonden zelfhulpinstrument dat mensen ondersteunt bij hun herstelproces. De gebruiker maakt een gereedheidskoffer om zich beter te voelen, met daarbij zes actieplannen.

In acht bijeenkomsten maakte ik met 6 anderen een begin met een eigen WRAP.

We werden ondersteund door twee ervaringsdeskundigen. Wij vulden onze actieplannen aan met passend 'gereedschap' zoals dagelijks onderhoud, triggers, vroege waarschuwingstekens, signalen van ontsporing, crisis en post-crisis. Alle actieplannen geven antwoord op de hoofdvraag: wat heb ik wanneer nodig om me goed of weer beter te voelen? De uitwisseling van ideeën en het vinden van (h)erkenning en wederzijds begrip in groepsverband dragen bij aan het hervinden van eigen mogelijkheden. Op 20 mei 2014 haalde ik het certificaat.

Ik was zo enthousiast over de WRAP, dat ik deze zelf wilde gaan geven. Ik startte in het najaar van 2014 de WRAP-facilitatoropleiding. Op 7 november 2014 haalde ik het WRAP-facilitatorcertificaat.

Bij de Dag van de kwaliteit op 27 november 2014 heb ik nog een presentatie over de WRAP gegeven om mensen enthousiast voor de WRAP-cursus te maken. In 2015 ga ik mijn eerste WRAP-groep geven op De Kentering. (CS)

Project Werkmaatje

In 2014 heeft de Kentering gewerkt aan het project Werkmaatje. Dit project is gevolgd op onze deelname aan het project Open voor Werk in 2013 van het LPGGZ.

De initiatiefnemers hebben het jaar 2014 vooral besteed aan het vinden van een alternatieve opzet voor het proces van toeleiding naar arbeid of dagbesteding. Het doel was daarbij te komen tot een opzet die zich onderscheidt van andere projecten, in die zin dat in het proces de inbreng van de deelnemers groter en breder is.

Het uitgangspunt van het traject, in de visie van de initiatiefnemers, moet de eigen visie van de deelnemers zijn. In 2014 is uit de vele ideeën een uiteindelijke opzet gekomen. In het najaar van 2015 zal begonnen worden met een kleine groep waarbij het doel is om de gevonden opzet te testen en verder te vervolmaken. (FG/PN)

Dag van de kwaliteit

Lezing Jim van Os

De hele psychiatrie staat op losse schroeven. Op 12 november 2014 hield Jim van Os een lezing voor 200 mensen, een uitverkochte zaal in LUX. Dit in het kader van de 10e Dag van de Kwaliteit van De Kentering. Van Os is de auteur van het boek *De DSM-5 voorbij – Persoonlijke diagnostiek in een nieuwe GGZ*. Het is een tegenhanger geworden voor de 'diagnosebijbel' DSM-5. Van Os wil af van een standaard vragenlijst om tot een diagnose te komen en bepleit 'persoonlijke diagnostiek' met aandacht voor de individuele kenmerken van de patiënt. Hij gaat zelfs zover te stellen dat schizofrenie geen ziekte is maar dat diverse omgevingsfactoren, zoals een trauma of misbruik in de vroeg jeugd, cannabisgebruik, sociale uitsluiting van minderheden en wonen in de grote stad de kans op schizofrenie vergroten. Er was zoveel belangstelling voor zijn lezing dat de zaal wel twee keer gevuld had kunnen worden. Er kwamen veel vragen en reacties vanuit het publiek en zo ontstond er een levendige discussie. Al met al een geslaagde avond met inhoudelijke diepgang.

(WK)

Op weg naar verandering

2014 stond ook voor ons in het teken van de voorbereiding van de transitie. De verordening WMO 2015 werd aangenomen door de Nijmeegse gemeenteraad, daarnaast werd het bijbehorende beleidskader gepubliceerd. Tijdens het volgen van dit traject is onze aandacht telkens uitgegaan naar de positie van ggz-cliënten. Omdat in het nieuwe beleid de nadruk zou worden gelegd op eigen kracht en zelfredzaamheid, leidde dit bij ons regelmatig tot onrust. Eigen regie en zelfredzaamheid blijken voor veel mensen met ggz-problematiek beladen termen te zijn. Met name voor diegenen met ernstige psychische aandoeningen. Ze impliceren dat mensen het zelf moeten zien te redden, vaak met een uiterst klein en kwetsbaar sociaal netwerk. Veel cliënten vreesden – en vrezen – ook dat hierdoor de gelijkwaardigheid van vriendschappelijke relaties op het spel komt te staan. Deze zorgen hebben we regelmatig overgebracht aan beleidsmakers en politici. Zo heeft één van onze vrijwilligers voor de kwetsbare positie van ggz-cliënten aandacht gevraagd tijdens de inspraakronde van het nieuwe college, waarin alle burgers van Nijmegen hun wensen kenbaar konden maken. Maar ook hebben we bij WMO-werkconferenties, georganiseerd door de gemeente, de stem van onze achterban zoveel mogelijk laten horen.

In 2014 is ook gestart met een ggz-panel om signalen op te vangen van cliënten over wat zij in het dagelijks leven merken van de veranderingen in de zorg en cliënten te informeren over wat de gemeente van plan zijn. Het ggz-panel wordt begeleidt door twee mensen, beiden lid van de adviescommissie JMG en één begeleider is tevens vrijwilliger bij De Kentering. We houden ook regelmatig contact met cliëntenraden van zorginstellingen. Van oudsher hebben we een goede band met de raad van de RIBW. In 2014 zijn we ook op bezoek geweest bij de cliëntenraad van Pro Persona Nijmegen. Dit was nuttig omdat we op de hoogte werden gebracht van de bezuinigingen bij Pro Persona. Verder zijn twee vrijwilligers begonnen met het bezoeken van jongerenopvang Vince van Iriszorg, om te praten met bewoners, begeleiders en sociaal werkers. (J.S.)

Een tweede grote transitie is de verandering van de bijstandswet naar de Participatiewet. In deze wet staat voorop dat mensen werk moeten zoeken (in die mate dat ze tot werk in staat zijn). De gemeentes in de regio Nijmegen zijn dit jaar druk bezig geweest met het optuigen van het regionale Werkbedrijf. Reden genoeg om goed naar voren te brengen wat mensen met een psychische kwetsbaarheid nodig hebben om goed begeleid, goed ondersteund maar ook niet overvraagd te worden. In een klankbordgroep met vertegenwoordigers van de regionale adviesraden voor werk en inkomen en onze Kentering vertegenwoordiger in het Nijmeegse Klantgroepenoverleg (KGO) zit is ook aandacht gegeven aan de arbeidsmatige dagbesteding en de kwaliteitseisen van deze dagbesteding.

Een ander punt dat extra aandacht van ons kreeg is de tegenprestatie. Om over de tegenprestatie na te denken heeft De Kentering een eenmalige werkgroep bijeengeroepen. We hebben advies gegeven rekening te houden met wat iemand zelf wil en aankan, dat wie al mantelzorg of vrijwilligerswerk doet vrijgesteld moet zijn en dat geen enkel soort werk verplichtend wordt opgelegd. Het deed ons genoeg dat de gemeente Nijmegen uiteindelijk koos voor een nog veel lichtere variant, die mensen volledig de keuze laat en kiest voor de meest minimale door het Rijk opgerichte verplichting: 4 uur zelf gekozen tegenprestatie voor de hele uitkeringsduur en daarnaast het doen van vrijwilligerswerk stimuleren door het organiseren van een vrijwilligersbeurs. Bekeken vanuit cliëntenperspectief een mooi resultaat. (VvD)

ROPI

De ROPI is een kwaliteitsinstrument dat herstelgerichte zorg bij een zorginstelling meet. In 2013 heeft de Kentering 2 medewerkers laten opleiden bij het Trimbos. Het lag in de bedoeling dit onderzoek bij één, maar liefst meer zorginstellingen aan te bieden. De grote zorginstellingen zetten dit instrument echter liever intern uit. Met beroepskrachten en ervaringswerkers uit eigen geledingen voeren zij dit onderzoek uit. Afgelopen jaar heeft de Kentering met een aangetrokken ervaringsdeskundige en een ervaringswerker werkzaam bij de zorginstelling dit onderzoek wederom naar tevredenheid uitgevoerd. (JA)

High Tea

Er zijn dit jaar 5 High Teas georganiseerd in de Kentering op woensdagmiddag van 14.00 tot 16.00. De bedoeling is om onder het genot van iets lekkers psychiatrische thema's te bespreken en bespreekbaar te maken. Of mensen te informeren over de huidige ontwikkelingen in de psychiatrie. Soms is er een gastspreker, de andere keer een presentatie, soms worden alleen ervaringen uitgewisseld tussen de aanwezigen. De bijeenkomsten zijn kosteloos voor de aanwezigen.

Onderwerpen als Van AWBZ naar WMO, Uitbehandeld?, Terug in de maatschappij, Ervaringsdeskundigheid, wat is dat? passeren de revue. Ook hebben we thema's als Werken met een beperking en Feestdagen of Vreedagen? georganiseerd. Meestal komen er 10 tot 15 mensen op af, die zeer verschillen in achtergrond, interesses en leeftijd. De reacties zijn over het algemeen zeer positief. We besluiten om volgende jaar op dezelfde voet door te gaan. (CS)

Autisme-kookgroep

De Stichting Unit Academie verzorgt een atelier voor jongeren van 18 tot 30 jaar met een vorm van autisme en beeldend talent. Eind mei 2014 is de Unit Academie een eetclub gestart bij de Kentering. Na een paar maanden is deze groep, onder begeleiding van een voormalig vrijwilliger van de Unit Academie, geheel zelfstandig verder gegaan. De Kentering biedt de ruimte om elke twee weken met ongeveer 8 jongeren samen boodschappen te doen, te koken en te eten. Tijdens de maaltijd worden alledaagse dingen besproken, complimenten over het eten gemaakt en doen grappen de ronde. Het is een prima combinatie van gezelligheid en steun hebben aan elkaar als mensen met een vorm van autisme, door het uitwisselen en herkennen van ervaringen. (WK)

Organisatie

De Kentering werkt vanuit haar locatie op de Limoslaan. We zijn dagelijks geopend van 10 tot 16 uur. We hebben een cursusruimte die in de avond gebruikt wordt door zelfhulpgroepen. Op vrijdagmiddag heeft de Buurttafel een eetclub waar tot 25 mensen aanschuiven. Op dinsdagavond repeteert de band Clean & Distorted. We hebben een bijkantoor op de 2e Walstraat dat onder andere gebruikt wordt door het Juridisch Lekensprekuur, projecten van de NUNN en Iriscovey.

Het bestuur van de Kentering is dit jaar 5 maal bijeen geweest om het beleid en de voortgang van de projecten te bespreken. De bestuurlijke stuurgroep die de voortgang van het ZRC bespreekt is 4 maal bijeen geweest.

Het Breed Overleg is een voortzetting van het oude Basisberaad. Vrijwilligers van de Kentering komen maandelijks, op de 2e donderdag van de maand, bijeen om uit te wisselen en de voortgang van projecten te bespreken. De opkomst varieert van 8 tot 20 deelnemers.

Voor een aantal projecten zijn tijdelijk medewerkers ingehuurd. Voor de projecten ROPI, cursus WMEE en cursus WRAP hebben we ervaringsdeskundigen in de regio kunnen aantrekken om deze tegen betaling voor ons uit te voeren. (JA)

Personalia

Bestuur Stichting op 31-12-2014

Toon Pelkmans	voorzitter
Willem Teering	penningmeester
Theo van Koningsbruggen	secretaris
Bas Steenbergen	lid
Vincent van Dongen	deelnemersraad
Miep Bieshaar	deelnemersraad

Medewerkers op 31-12-2014

Jean Acampo	16 uur per week	Stichting Cliënteninitiatieven
Ineke Hoeven	8 uur per week	Stichting Cliënteninitiatieven
Elly de Louw	8 uur per week	Stichting Cliënteninitiatieven
Mariëtte van der Zwet	22 uur per week	RIBW/Stichting

Basisberaad Rivierenland

8 vrijwilligers

Infowinkel en Basisberaad de Kentering

30 vrijwilligers