



NIEUWSBRIEF GGZ BERAAD

OVERIJSSSEL *** 5 APRIL 2022 ***

*Stichting GGZ Beraad Overijssel (2011) is een **onafhankelijk** regionaal verbindend platform voor en door inwoners met een psychische kwetsbaarheid. Het Beraad richt zich op actieve cliënten, ervaringsdeskundigen en bondgenoten. Het GGZ Beraad jaagt aan, informeert & emancipeert. Ons directe werkgebied is de Kop van Overijssel, Zwolle-Kampen en het Vechtdal. Het Beraad werkt zonder subsidie en bestaat uit een bestuur en sympathisanten. De Nieuwsbrief verschijnt elke maand. Deze editie telt 6 pagina's.*

KONINGIN MAXIMA LANCEERT MIND US, EEN JONGERENCLUB VAN MIND

Landelijke belangenorganisatie MIND heeft er sinds 1 april een zusje bij, speciaal voor jongeren. De nieuwe stichting MIND Us zet zich in voor de mentale gezondheid van jongeren tussen de 12 en 27 jaar. Koningin Máxima is erevoorzitter.

Volgens MIND staat de mentale gezondheid van jongeren onder druk. Eén op de zeven jongeren heeft last van depressieve gedachten en één op de drie ervaart prestatiedruk. 75% van de psychische klachten ontstaat voor het 25e levensjaar. MIND Us wil dat jongeren grip krijgen op hun mentale gezondheid, zich veerkrachtig ontwikkelen en hulp weten te vinden als dat nodig is.

MIND koestert al langer de wens om meer te doen aan de preventie van psychische klachten onder jongeren. Directeur Marjan ter Avest: "We gaan hier samen met MIND Us nu echt het verschil in maken. Er bestaan al heel veel goede initiatieven voor en door jongeren. Vanuit het meerjarige stimuleringsprogramma van MIND Us gaan we dit kracht bijzetten, resultaatgericht vanuit de praktijkvoorbeelden die werken. En met de aandacht van Koningin Máxima komen de goede initiatieven echt in de schijnwerpers te staan. We hopen hiermee dat jongeren op veel meer plekken ruimte krijgen voor een luisterend oor, waar ze hun verhaal kwijt kunnen, waar ze zichzelf kunnen zijn en waar ze hun talenten kunnen ontwikkelen.

Meer info is te vinden op www.mindus.nl

MIND MIKT MET 'HERSTEL DICHTBIJ' OP EEN LANDELIJK NETWERK VAN ZELFREGIE

Landelijk platform MIND heeft de ambitie om het netwerk van herstelinitiatieven landelijk dekkend te maken.

Er hebben zich al 30 zelfregie initiatieven verbonden aan het programma 'Herstel Dichtbij/Samen voor mentale gezondheid'. Er is hierbij een verdeling gemaakt tussen ervaren en startende herstelinitiatieven. Bij elke organisatie wordt minstens één eigen project verder uitgewerkt.

Uit Overijssel staan Ixta Noa, de Vriendendiensten en stichting Focus op de lijst van de *meer ervaren* organisaties. Bij de *startende* initiatieven staan vier regionalen in de lijst: de Klup Twente (Mensdoormens), RIBW Overijssel, Out of the box TV (met een studio in Deventer) en stichting Suicide Preventie Centrum in Harderwijk.

Afgelopen maand kwamen deelnemers van de 30 zelfregie- en herstelinitiatieven voor het eerst 'live' bij elkaar. Naast kennismaking stond ook een eerste inhoudelijke uitwisseling centraal, onder het motto #durftevragen.

In het programma Herstel Dichtbij gaat het om het versterken van bestaande zelfregie- en herstelinitiatieven, maar ook om uitbreiding van dit soort plekken door-en-voor mensen met een psychische kwetsbaarheid. Wat is hiervoor nodig, hoe realiseer je duurzame financiering, wat is de ideale organisatievorm, hoe werk je samen met andere partijen in het veld, welke werkprocessen leg je vast en hoe behoud je je eigen identiteit en de vrije ruimte?

Het Oranje Fonds, MIND en het Instituut voor Publieke Waarden werken samen om het programma Herstel Dichtbij mogelijk te maken. In het programma is ook ruimte voor onderzoek. De uitkomsten van deze onderzoeken en andere opbrengsten van het programma zijn te vinden via de nieuwskanalen van het Oranje Fonds en MIND.

<https://mindplatform.nl/project/programma-herstel-dichtbij>

TWAALF CLUBS VORMEN SAMEN DE NEDERLANDSE VERENIGING VOOR ZELFREGIE

Twee maanden terug is de Nederlandse Vereniging voor Zelfhulp initiatieven opgericht. Twaalf zelfregie- en herstelinitiatieven in Nederland hebben de krachten gebundeld. Zij zetten zich in voor laagdrempelige zelfregie- en herstelmogelijkheden voor alle inwoners. Onder de deelnemende organisaties komen we ook weer drie uit Overijssel tegen; de Vriendendiensten uit Deventer, stichting Focus uit Zwolle en Ixta Noa, met locaties in o.a. Enschede, Zutphen en Harderwijk.

Je kunt alle deelnemers en hun manier van werken vinden op de website:

<https://nvzh.nl>

Wil je als zelfregie- en herstelinitiatief meedoen? Kijk op de site voor meer informatie. De NVZH bedankt het ministerie van ZonMw, MIND en het Instituut voor Publieke Waarden (IPW) voor hun financiële, inhoudelijke en morele steun.

TWENTE VIERT OPLEVING 'NETWERK HET 2.0'

Netwerk herstel en ervaringsdeskundigheid Twente is eind 2015 opgericht. Diverse partijen zoals Ixta Noa, de RIBW en Mediant zagen een meerwaarde in samenwerking. Met een feestelijke bijeenkomst op de universiteit in Enschede werd destijds, onder het toezicht van Wilma Boevink, een intentieverklaring ondertekend. Maar in de afgelopen zes jaar was de zichtbaarheid van het netwerk wisselend, en werd het overkoepelende werk gedaan door te weinig mensen.

Gelukkig is het elan weer helemaal terug! Op 23 maart is de doorstart gevierd met een feestelijke bijeenkomst bij Wopit. Volgens de organisatie gaat er een 'nieuwe fase' in voor Netwerk HET, met een vernieuwde structuur en nieuwe betrokken partijen. Verder is er een mooie website ontwikkeld, die al in de lucht is: www.nhet-twente.nl De website is erg informatief en actueel. Zo vind je er foto's van 23 maart, maar ook vacatures voor ervaringswerkers.

De partijen die de hernieuwde samenwerking ondersteunen en vormgeven zijn **Intact Herstel en Zelfhulp, Ixta Noa, RIBW Overijssel en WOPiT**. Zij ondertekenden op 23 maart een nieuwe samenwerkingsovereenkomst.

Het hoofddoel van Netwerk HET is ontmoeting; partijen met elkaar in verbinding brengen en samen verder komen in de ontwikkeling van ervaringsdeskundige inzet. Binnen de GGZ, het sociale domein en op beleidsmatig niveau.

Het GGZ Beraad heeft goed contact met het Twentse Netwerk. We delen de passie voor ontmoeting en de inzet van ervaringsdeskundigheid. Het directe werkgebied van het GGZ Beraad is Noord en Midden-Overijssel. Beide platforms bestrijken dus samen heel Overijssel.

INGEZONDEN: DEPRESSIEVERENIGING ORGANISEERT STEUN IN DE REGIO

Als je een depressie hebt, helpt het om te praten met lotgenoten. Dat heeft een simpele reden: écht begrip vind je vooral bij mensen die weten wat je meemaakt.

Daarom organiseert de Depressie Vereniging supportgroepen in heel Nederland. Niet alleen de deelnemers aan deze groepen, maar ook alle gespreksbegeleiders weten wat het is om een depressie te hebben. Met elkaar zetten de leden van de supportgroep hun eigen ervaringen in om elkaar iets van onschatbare waarde te kunnen bieden: herkenning en begrip. In de groep is alles bespreekbaar, zoals gedachten en gevoelens, sociale contacten, therapieën en werk.

In Overijssel draaien er op het moment supportgroepen in de volgende plaatsen:

Zwolle, Almelo, Hengelo en Deventer. In alle groepen zijn nieuwe mensen van harte welkom. Ook werkt de Depressie Vereniging aan het vergroten van het aantal groepen en wil zij groepen starten in andere plaatsen.

Heb je belangstelling of wil je eerst wat meer informatie, neem een kijkje op de website: www.depressievereniging.nl Daar lees je ook wat de vereniging nog meer te bieden heeft.

Naast deelnemers voor de supportgroepen is de vereniging ook op zoek naar nieuwe gespreksbegeleiders. Heb jij ervaring met een depressie en wil je voor anderen van betekenis kunnen zijn? Meld je dan nu aan als gespreksbegeleider voor een supportgroep bij jou in de buurt.

Aanmelden gaat landelijk: contact via 088 - 5054 334 of info@depressievereniging.nl

Met vriendelijk groet, Elsbeth Staal, regiocoördinator Overijssel

INGEZONDEN: NIEUWE REGIO-COÖRDINATOR VOOR PLUSMINUS

Met ingang van begin maart ben ik de regionale contactpersoon voor Plusminus in Overijssel. Mijn naam is Jeroen van der Veen. Plusminus is de patiëntenvereniging voor mensen met een bipolaire aandoening en hun naasten. De vereniging organiseert 4 keer per jaar een landelijke dag en brengt 4 keer per jaar een tijdschrift uit. Ook behartigt de vereniging de belangen van de bipolaire gemeenschap. Elke provincie heeft een regio contactpersoon. Hij of zij is aanspreekpunt voor de bipolairers en hun naasten, is contactpersoon voor de beroepsgroep, coördineert de huiskamergroepen en organiseert een paar keer per jaar activiteiten voor haar achterban.

Ik hoop de komende tijd diverse activiteiten te gaan organiseren voor de mensen met een bipolaire aandoening, ook in samenwerking met andere patiëntenverenigingen. Ook organiseren wij een paar keer per jaar een wandeling in de provincie.

Voor activiteiten, houd onze website www.plusminus.nl in de gaten. Daarnaast zal een paar keer per jaar naar de leden van Plusminus in Overijssel een nieuwsbrief worden verstuurd. Als je vragen hebt, kun je contact met mij opnemen: overijssel@plusminus.nl of telefonisch 06 21 58 26 49.

Hartelijke groet,
Jeroen van der Veen

WO 6 APR, DEVENTER: VOORSTELLING OVER EMPOWERMENT

Maarten van Veen is stadstroubadour van Deventer. Hij noemt zichzelf ook wel de reisgenoot, omdat hij zich graag laat meevoeren door verhalen van anderen. Van deze levensverhalen maakt hij liedjes. Zo heeft Maarten nu een voorstelling gemaakt met tien liedjes over herstel. De show heet *Golven zo hoog* en gaat over de veerkracht van de mens. De liedjes van Maarten worden afgewisseld met enkele gesproken verhalen van reizigers zelf. Met de voorstelling willen alle vertellers bijdragen aan het doorbreken van taboes en stigma's rond psychische ziekten.

Golven zo hoog is op woensdag 6 april te zien in gebouw de Steerne op het GGZ-terrein van Dimence in Deventer. De voorstelling begint om 13.00 uur.

Meer info over Maarten: www.dereisgenoot.nl of de speellijst www.golvenzohoog.nl

WO 11 MEI, DEVENTER: INFO OVER WERKMETHODES IN DE GGZ

Dimence organiseert op woensdag 11 mei en dinsdag 17 bijeenkomsten over herstel. De herstelmethodieken ART en SRH staan centraal. Art staat voor een actief herstel via de driehoek, dus met je hulpverlener en naasten samen. SRH staat voor Systematisch Rehabilitatiegericht Handelen. Ook daar zou je als cliënt in de GGZ wat van moeten merken.

Verder is er aandacht voor leefstijl en voor de route van herstel naar participatie. De muziek wordt verzorgd door een medewerker en een cliënt. De beide middagen duren van 13.00 tot 16.30 uur en vinden plaats in gebouw de Steerne op het GGZ-terrein van Dimence. Aanmelden kan via een mail naar art-srhmiddag2022@dimence.nl

ZELF EEN INITIATIEF ORGANISEREN? DE PROVINCIE BIEDT JOU COACHING!

Wie wel eens een activiteit organiseert, weet dat er aardig wat bij komt kijken; een programma, een locatie en genoeg PR. Gelukkig biedt de provincie jou steun via speciale coaches, die mee helpen met het voorbereiden van een project of bijeenkomst. De provincie aan het woord: "Soms kunnen inwoners wel wat hulp gebruiken bij het laten slagen van een burgerinitiatief. Namens de provincie Overijssel bieden vier *initiatievencoaches* eerste hulp bij initiatieven."

De coach uit jouw regio helpt je met ideeën rond gezondheid, vitaliteit, buurthuizen, maatschappelijke initiatieven, vrijwilligers of een inclusieve samenleving.

De initiatievencoaches, die eerder 4D-makelaars werden genoemd, hielpen al zo'n 775 initiatiefnemers in Overijssel. Sinds dit jaar zijn de coaches onderdeel van het team sociale kwaliteit van de provincie.

In vier regio's in Overijssel helpen de coaches met informatie, nuttige contacten en hulp bij het vinden van subsidies en fondsen. Dus heeft jouw initiatief te maken met zichtbaarheid of participatie van mensen met een psychische kwetsbaarheid? Neem dan contact op met de initiatievencoach in jouw regio.

De contactgegevens van de vier coaches staan op www.overijssel.nl/initiatieven.

DO 12 MEI, ZWOLLE: INSTALLATIE LECTOR ZORG & ZINGEVING

Op donderdag 12 mei installeert de hogeschool Viaa dr. Bart Cusveller als lector zorg en zingeving. Tijdens een middag symposium vertellen onderzoekers over projecten van het lectoraat en spreekt de nieuwe lector een rede uit, met als titel 'Waar visie ontbreekt, verkwijnt het vak'. Het symposium vindt plaats van 13.30 tot 17.00 uur in het gebouw van de Zwolse hogeschool aan de wethouder Alferinkweg 2.

INGEZONDEN: ADVIESRAAD NAASTEN DIMENCE HEEFT NIEUWE VOORZITTER

Na een intensieve periode, waarin Pieter Venhuizen de *Adviesraad Naasten* op de kaart heeft gezet, heeft hij besloten om zijn werkzaamheden als voorzitter te beëindigen. We hopen dat de Roos van Elizabeth hem in mei nog ten deel valt.

Anqueliën Visser-Ter Lindert neemt de taken van Pieter Venhuizen over. Anqueliën is geen onbekende voor velen. Regelmatig heeft zij haar verhaal verteld hoe het is om naaste te zijn. Annie Kuiper is vicevoorzitter en secretaris. Samen geven ze leiding aan de Adviesraad Naasten.

Het team bestaat daarmee uit vier personen. Ook Seval Sonmez en Lieke Knook nemen deel, ieder vanuit eigen expertise en interesse.

Voor vragen of anderszins: mail naar adviesraadnaasten@dimencegroep.nl

KORT INGEZONDEN

- Op mijn schrijverswebsite www.Filosofie-en-verhalen.nl is mijn nieuwste boek te vinden. Wilt u deze bekijken? De titel is "Het is echt waar". Groet van Dick Hoedeman.
- Dimence is op zoek naar een ervaren familie-ervaringsdeskundige voor de locatie Almelo-Hardenberg voor 24 uur per week.
De familie-ervaringsdeskundige richt zich op het ondersteunen en ruimte maken voor het unieke herstelproces van naasten en hierdoor indirect die van hun dierbare. Herstel is geen op zichzelf staand proces, maar vindt altijd plaats in een sociale context. De ontwrichting die een mens kan meemaken, gaat vaak gepaard met een zekere ontwrichting van zijn of haar netwerk, dat bestaat uit familie, naasten, vrienden en andere sociale (bijvoorbeeld werk gerelateerde) contacten. De einddatum voor de sollicitatie is op 11 april.
- Sinds 1 januari 2022 is de naam van familieorganisatie Labyrint-In Perspectief gewijzigd naar MIND Naasten Centraal. Kijk voor meer informatie op de nieuwe website: www.naastencentraal.nl
- Het cliëntenmagazine *Diverce* van Dimence is nu kosteloos via de mail te ontvangen. Stuur een mail naar secretariaatmedezeggenschap@dimencegroep.nl
De oplage van het blad (500 exemplaren) wordt nu vooral nog fysiek verspreid in wachtkamers en woonvormen.

REACTIES VAN LEZERS

- *"Jouw nieuwsbrieven lees ik steeds met groot genoegen; prachtige inhoud die je werkelijk schitterend verwoordt (en ook nog zonder taalfouten). De layout ziet er ook prima uit. Alles bij elkaar: Bijna een 10."* - Dick Nap uit Rouveen.
- *Bedankt weer voor deze nieuwsbrief! Altijd fijn om zo op de hoogte gehouden te worden van wat er in Overijssel gebeurt. Super hoe je dit nieuws altijd overal boven tafel weet te krijgen en zo goed kan verwoorden.* – Jiska Ouwerkerk uit Nijverdal

INVOERING 'WOONPLAATSBEGINSEL' BESCHERMD WONEN UITGESTELD

De Rijksoverheid laat eind februari op haar website weten, dat de *invoering* van het woonplaatsbeginsel beschermd wonen op 1 januari 2023 *niet* meer haalbaar is. Met het woonplaatsbeginsel wordt geregeld dat alle gemeenten voortaan verantwoordelijk zijn voor beschermd wonen voor de eigen inwoners. Iemand die in Hasselt woont, zou dus via zijn eigen gemeente zorg op maat moeten krijgen, bijvoorbeeld binnen een woonvorm. Een hele opgave, zeker voor kleine gemeenten.

Volgens een insider betekent het uitstel dat weer is bewezen dat het ministerie niet echt door kan pakken: "Onduidelijk is nog of ze het tijdpad voor de verdeelsleutel (van het geld) nu ook verlengen. Feitelijk betekent de uitstel niet zo heel veel denk ik. Wel dat gemeenten weer wat in de vertraging zullen schieten, en de onduidelijkheid langer blijft bestaan."

AUTISOOS ZWOLLE KOMT MAANDELIJKS BIJEEN

De traditie is er al heel lang, de maandelijkse Autisoos in Zwolle. Elke laatste woensdagavond kun je er naartoe. De inloop van de avond is om 19.30 uur en het programma start om 20.00 uur. De avond eindigt om ongeveer 21.30 uur. De locatie is herstelcentrum de Ruimte in de wijk de Pierik, aan de Fresiastraat 55.

Onze bezoekers vormen een gemengd gezelschap van jonge en oudere mensen. Er komen ongeveer net zoveel mannen als vrouwen.

Voor een bezoek hoeft je geen cliënt te zijn bij een zorgorganisatie. Je kunt je belangstelling wel alvast melden bij kalsbeek.j@hotmail.com of 06-5131 8195. Als je wilt kun je alvast een keer afspreken met de organisatoren.

VR 24 JUNI ZWOLLE: MASTERCLASS OVER MENTALE VEERKRACHT VAN JONGEREN

Het duurt nog even, maar hogeschool Viaa in Zwolle organiseert op vrijdag 24 juni een *masterclass* en werkplaatsevenement. De bijeenkomst duurt van 9.30 tot 15.30 uur en sluit af met een netwerkbörrel.

Het thema van de dag is 'Mentale ontregeling en veerkracht bij jeugdigen en netwerk'. Op de ochtend worden lezingen gegeven door Floortje Scheepers en Carlijn Welten. Na de lunch volgen workshops met verschillende invalshoeken.

Tijdens de lunch kan o.a. informatie worden verkregen over de Master Interprofessioneel werken met Jeugd.

Aanmelden kan vanaf 9 mei via de website van de hogeschool.

OVERIJSEL KLEURT LOKAAL

Bij wie moet je zijn als je wilt lobbyen met een goed plan in je nieuwe gemeenteraad?

Misschien bij een van de vele plaatselijke partijen, want die scoorden erg goed op de verkiezingsdagen in maart. Zeker 1 op de 3 stemmers in Overijssel stemde op een variant van 'lokaal belang'. Eén op 6 koos voor de ChristenUnie, 1 op de 10 voor de VVD. De lokale partijen scoorden samen 8% hoger dan in 2018.

De meeste andere partijen verloren iets van hun aandeel; alleen het CDA kalft wat sneller af (2,7%). Drie nieuwe partijen kwamen binnen met een kleine 1% van de totale stemmen: Forum voor Democratie, Partij voor de Dieren en Volt. Deze drie partijen deden dit jaar nog niet in veel gemeenten mee.

Natuurlijk kun je bij iedere partij in jouw gemeenteraad eens binnenlopen bij een fractie overleg. De lokale uitslagen zijn te vinden op de gemeentelijke websites > gemeenteraad.