



# REGIE IN DE REGIO

MIND Landelijk Platform Psychische Gezondheid

## Verslag

### Bouwconferentie “Ruimte voor herstel”

Vrijdag 24 februari vond in de Colour Kitchen in Utrecht een bouwconferentie plaats. Er zaten echter geen aannemers en timmerlui in de zaal, maar bouwers van zelfregienetwerken. Ze waren uit alle hoeken van het land gekomen om hun bouwkennis te delen of inspiratie voor eigen bouwwerken op te doen.

**Sonja Visser** (MIND Landelijk Platform Psychische Gezondheid) en **Dienke Boertien** (Kenniscentrum Phrenos) heetten, geheel in stijl uitgedost met bouwhelm en (plastic) hamer, rond 10.30 uur de aanwezigen welkom en leidden het onderwerp zelfregienetwerk in. Daarna was het woord aan **Cora Brink** van MIND Landelijk Platform Psychische Gezondheid. Zij presenteerde haar publicatie over tien bouwstenen voor zelfregienetwerken, die in elke gemeente aanwezig zouden moeten zijn om mensen met een psychische kwetsbaarheid de ruimte te bieden om vanuit eigen regie hun leven (weer) op te bouwen. Daarbij zijn vijf uitgangspunten van groot belang:

1. Mens centraal: (weer) gezien worden
2. Open en laagdrempelig: (weer) ergens bij horen
3. Hoop, herstel en mogelijkheden: (weer) perspectief zien
4. Wederkerigheid en bottom-up: (weer) iets betekenen
5. Ervaringsdeskundigheid: leren van elkaar

Aansluitend lichtte Cora de tien verschillende bouwstenen toe, die zij had verdeeld over drie categorieën: (1) sociale participatie, maatschappelijke participatie, empowerment & herstel, (2) informatie, individuele ondersteuning, ontwikkeling ervaringsdeskundigheid & ondersteuning van ervaringswerkers, (3) beleidsparticipatie, kwartiermaken inclusieve samenleving, deskundigheidsbevordering professionals en ondersteuning naastbetrokkenen en mantelzorgers. Met deze informatie én een stapel gekleurde kartonnen bouwstenen mochten de deelnemers later op de middag in subgroepjes gaan bouwen aan het ideale zelfregienetwerk.

Maar eerst beklommen nog enkele andere sprekers het podium om het onderwerp zelfregienetwerken van verschillende kanten te belichten. Zo vertelde **Christien Muusse van het Trimbos Instituut** over de Landelijke Monitor Ambulantisering en de rol van door-en-voorinitiatieven. In deze monitor valt op dat er een groeiende aandacht is voor door-en-voorinitiatieven sinds de intramurale afbouw is ingezet en de uitbreiding van intensieve ambulante zorg uitblijft. Daarnaast wordt duidelijk dat activiteiten en doelstellingen van zelfregienetwerken niet altijd bekend en erkend zijn bij externen, er is spanning tussen afhankelijkheid van financiers (en tijdelijkheid van de financiering) en eigen identiteit (vrijplaats). Tot slot vroeg Christien zich af: is dit een hype of prachtkans voor empowerment?

Meer info over deze monitor: <http://www.trimbos.nl/actueel/nieuws/bericht/?bericht=2234>

Daarna kwam **Sonja van der Flier**, die gepassioneerd vertelde over het ontstaan van Zelfregiecentrum Leiden en de hobbels die ze in het bouwproces moest nemen.

Zo vertelde ze dat ze Sonja Visser erbij had gehaald en veel had geleerd van haar ervaringen in Venlo. En dat ze vervolgens met de gemeente in gesprek ging en al snel bleek dat ze 'langs elkaar heen' praatten. Uiteindelijk is ze dan toch voorzichtig begonnen en doorgegroeid naar een organisatie van 14 personen en een grote diversiteit aan bezoekers, waarvan de jongste tot nu toe 3 jaar oud was en de oudste 86. Inmiddels spreekt Sonja de talen van de ambtenaren en de fondsen en de ontwikkeling van het zelfregiecentrum gaat dan ook razendsnel. Laagdrempelig is belangrijk: iedereen is welkom, ook mensen zonder ggz-achtergrond. Doel is ontmoeten, ontspannen en recreëren. "We zijn een winkel met lege schappen, die we samen met bezoekers vullen". Inmiddels heeft Zelfregiecentrum Leiden een heel scala aan activiteiten ontwikkeld, van wildplukken en eten uit de natuur tot ezelwandelingen. En halen en brengen is ook belangrijk, maar niets moet en alles mag. Sonja besloot haar verhaal dat ze blij is dat ze nu een plek op de sociale kaart in Leiden én omstreken hebben en serieus genomen worden door de gemeente en wijkvereniging.

Meer info: <https://zelfregiecentrumleiden.wordpress.com/>

Na de pauze traden twee heren naar voren, **Ton Verspoor van Enik Recovery College** en **Bram Berkvens van Centrum Fameus**. Zij gaven aan dat hun uitgangspunt vooral is: herstellen door educatie in een inspirerende omgeving. Fameus is gevestigd in de oude snoepfabriek van Faam in Breda. Ook Enik in Utrecht zit op inspirerende plek: er zitten studentenwoningen en er is een retreat. Ton en Bram benadrukten het belang van gezamenlijk optrekken door gemeenten en zorgverzekeraars en de verbinding tussen verschillende initiatieven te vinden. En ook zorginstellingen zouden een opening moeten houden voor herstelcentra. Peer of support community, jezelf terugvinden in de vrije ruimte in een omgeving van herkenning en zonder dat anderen je beoordelen, daar draait het om. Tot slot lichtten ze de begrippen zelfhulp en peersupport nog even toe. Zelfhulp: onderlinge steun zonder tussenkomst van professionele hulpverleners. Peersupport: delen van het eigen verhaal, je durven verbinden met verhaal van ander, geeft inzicht en kennis.

Meer info: [www.lister.nl/herstellen/enik-recovery-college/](http://www.lister.nl/herstellen/enik-recovery-college/) en [www.centrum-fameus.nl](http://www.centrum-fameus.nl)

Tot slot was het woord aan **Marrig van der Werf van Project Herstel en Participatie Midden Holland** (regio Gouda, Krimpenerwaard e.o.). Zij vertelde dat het een project van meerdere organisaties betreft en er van alles beschikbaar is, maar de bekendheid van alle initiatieven kan nog beter. De klant weet vaak niet precies wat het aanbod is. Alle initiatieven moeten beter op elkaar worden aangesloten én beter ontsloten worden. Omdenken, humor inzetten, uit je comfortzone stappen is nodig om een zelfregienetwerk te laten slagen. Vier vooral je successen! Ze sloot af met een komische 'Handleiding inzet ervaringswerkers'.

Meer info: <http://www.zogmh.nl/wat-doen-wij/herstel-participatie/nl/>

Na de presentaties kwamen er nog wat vragen en opmerkingen uit de zaal, zoals:

Hoe krijg je klanten binnen? Antwoord door Ton: vooral via social media en je moet er hard voor werken. Antwoord door Sonja van der Flier: steeds je gezicht laten zien is belangrijk.

Ook kwam er een opmerking dat de houding van de bouwers van zelfregienetwerken anders moet, professioneler. 'We moeten van dat 'aaibare, schattige' imago af' en ons niet als Calimero gedragen: gelijkwaardige gesprekspartner zijn.

In de middag werd er in subgroepjes gebouwd aan het ideale zelfregienetwerk. Nadat de

verschillende bouwstenen in elkaar waren gezet, moesten ze gerangschikt worden op belangrijkheid. Dit leverde interessante discussies op.

Na de lunch ging het gezelschap in negen groepjes uiteen om samen een bouwsel maken van de tien bouwstenen die in de ochtend waren gepresenteerd. Hieruit ontstonden negen compleet verschillende bouwwerken: bruggen, poorten, laagbouw en zwevende delen met vrije ruimte. Soms werden bouwstenen omgedoopt in eigen bewoordingen zoals "iedereen is welkom" en "existentiële vragen en zingeving" en werden bouwstijlen bepaald zoals "ieder voegt zijn eigen steen toe" , "flexibele units" etc. En er werden fundamenten gelegd: ervaringsdeskundigheid, empowerment en herstel. Bouwen op goede maatschappelijke grond met een stevige financiële ondergrond. Kwartiermaken en stigmabestrijding is de grondontginning die nodig is.

De overall conclusie is dat **verbinding** noodzakelijk is en dat we elkaars **kennis en ervaring** moeten delen om verder te komen. Het gezamenlijke doel is empowerment van elk individu en het tegengaan van zelfstigma. Verder bleek dat voor mensen met een andere culturele achtergrond vaak nog weinig ruimte is, zowel in de hulpverlening als in een aantal zelfregiecentra en herstelacademies.

En tot slot werd er nog even gediscussieerd over de verschillen en overeenkomsten tussen herstelacademies en zelfregiecentra. Herstelacademies zijn meestal verbonden aan een zorgaanbieder en zelfregiecentra ontstaan vanuit het sociaal domein; ze bieden elk hun bouwstenen voor het benodigde bouwwerk. Zijn zelfregiecentra meer lokaal en herstelacademies meer regionaal georiënteerd? Zijn zelfregiecentra een doorontwikkeling van cliëntenbelangenbureau's en regionale cliëntenorganisaties? Bieden zelfregiecentra meer dan alleen educatie terwijl het van herstelacademies hun corebusiness is? Dialoog hierover is nodig. Uitwisseling werkt verrijkend. Misschien kan er een gemeenschappelijke taal ontwikkeld worden?

#### **Benoemde actiepunten:**

- Bekendheid geven aan de initiatieven en regionaal zichtbaar maken wie wat doet.
- Landelijke database van alles wat al bedacht is.
- Zorgen dat er uniforme erkenning komt voor ervaringsdeskundigheid, zowel bij de overheid, zorgaanbieders als verzekeraars. Met gelijkwaardige banen.
- Hoe de effecten te meten en te monitoren; kosten-batenanalyses.
- Versterking van de organisaties; landelijke financiering; ondersteuning van de sociaal maatschappelijke positie.
- Bepleiten van basisvoorzieningen in iedere gemeente: echt doen en faciliteren.
- Het ontwikkelen van een keurmerk (maar hier is niet iedereen het mee eens).