



Jaarrapport 2010

Inhoud

VOORWOORD.....	3
1. INLEIDING.....	5
2. KERNACTIVITEITEN ZHNW	5
2.1 Ondersteuning aan de groepen	5
2.1.1 GGZ en Verslavingszorg	6
2.1.2 Somatiek (lichamelijke gezondheid).....	7
2.1.3 Groepen overige en nieuwe initiatieven.....	7
2.2 De Raad van de Zelfhulp	8
2.3 Samenwerking.....	9
2.3.1 Scholen:.....	9
2.3.2 Eerste lijn zorg	10
2.3.3 GGZ en Verslavingszorg	10
2.3.4 Somatiek.....	11
2.3.5 Partijenoverleg regio Helmond	12
2.3.6 Informele zorg.....	12
2.3.7 Voorlichting binnen de Gemeenten	13
2.3.8 Gemeente Veldhoven	13
3. ORGANISATIE	13
3.1 Kantoor Eindhoven	13
3.2 Dependance Helmond	14
3.3 Bedrijfsvoering.....	14
3.4 Personeel	15
4. FINANCIËN.....	16
Bijlage:	17
1. Leden van de Raad van de Zelfhulp	17
2. Bestuur	17
3. Aangesloten groepen	18

VOORWOORD

Voor u ligt het jaarverslag van 2010.

Het jaar 2010 begon voor Stichting Zelfhulp Netwerk Zuidoost- Brabant (ZHNW) met tegenslag. Op 2 januari 2010 verloren wij plotseling ons zeer gewaardeerd bestuurslid en penningmeester Leendert van Driel. Het afscheid viel ons zwaar. Naast de emotionele verwerking moesten we snel orde op zaken stellen. Als bestuur moesten we snel handelen daar de afwikkeling van het jaar 2009, de begrotingen, betalingen enz. door moesten gaan. Binnen het bestuur werd besloten dat de secretaris (Joke) tijdelijk het penningmeesterschap over zou nemen met ondersteuning.

Naast het overlijden van Leendert moesten wij dit jaar ook onze administratief medewerkster, Anneke, vele maanden missen in verband met ziekte. Een groot gemis. Hetty, coördinator Helmond, heeft naast haar coördinerende taken in Helmond de taken van Anneke gedeeltelijk en tijdelijk uitgevoerd. Gelukkig is Anneke weer herstellende.

Buiten de verslagenheid en het gemis van Leendert en de ziekte van Anneke werd 2010 toch een mooi jaar. Een jaar waarin wij, Stichting Zelfhulp Netwerk Zuidoost- Brabant ons 20 jarig Jubileum vierden. Deze dag vond plaats op 21 september 2010 in het Sofitel te Eindhoven. Vele zelfhulpgroepen, samenwerkingspartners, gemeenten en anderen waren aanwezig. De diverse workshops brachten mensen in beweging om dichterbij elkaar te komen. De workshops stonden in het teken van inspiratie en samenwerking; samen op één lijn komen, gezamenlijke visie ontwikkelen, komen tot harmonie, en door samenwerken aansluiting vinden op elkaar. Er werd volop samengewerkt. Het was een bijzonder plezierige dag.

De mijlpaal van het 20 jarig bestaan is tevens het moment geweest om in de structuur van het ZHNW verandering aan te brengen.

In de maanden voorafgaand aan het jubileum is er hard gewerkt om “de Ziel van Zelfhulp” op papier vast te leggen in de vorm van een boekje. Tijdens de jubileumdag werd het boekje “de Ziel van Zelfhulp” uitgereikt. Ook wel, het testament van Joke de Haas; oprichtster van het ZHNW genoemd. Joke ontving deze dag van het bestuur een gouden Z-tje als teken van bewondering, kracht, Zelfhulp maar ook een teken van terugtreding. Op deze dag werd er afscheid genomen van de Raad van Advies. De Raad van Zelfhulp werd welkom geheten. De essentie voor het oprichten van de Raad van Zelfhulp is het bewaken en voorkomen dat de organisatie te veel professionaliseert. In de statuten is deze verandering doorgevoerd. Tijdens deze jubileumdag heeft deze verandering officieel plaatsgevonden.

De coördinator Eindhoven en coördinatie Helmond werden voorgesteld. Joke gaf aan per 1 januari 2011 uit het bestuur te treden en haar werkzaamheden op kantoor verder af te bouwen en over te dragen. Zij zal zich meer landelijk in gaan zetten, zowel politiek gericht als ondersteuning voor groepen/ netwerken die elders in het land in ontwikkeling is. Vanuit verschillende regio's in Nederland is de vraag gekomen hoe zij naar ons voorbeeld ook een Zelfhulp Netwerk kunnen ontwikkelen. Er is vanuit Groningen een uitwisseling tot stand gekomen die er zeer hoopvol uitziet. Met Friesland is er regelmatig contact. Een inktvlek die zich verder uitspreid!

Ook dit jaar hebben er vele contacten plaatsgevonden met de groepen. Behoeften zijn gepeild. Acties zijn uitgezet. Het ZHNLW en de groepen blijven met elkaar hard werken aan de bekendheid van Zelfhulp bij de inwoners, instellingen en hulpverleners. Wij maken ons hard om de kwaliteit van zorg te verbeteren, dit door instellingen/ partijen bewust te maken van de aanvulling die zelfhulp kan betekenen, voor, tijdens en na de professionele zorg. Opnemen van zelfhulp binnen de zorgketen is daarom van groot belang. Een mooi streven. De activiteiten worden tot uitvoer gebracht door het ZHNLW samen met krachtige mensen vanuit de groepen.

Dit jaar hebben wij op 5 november stil gestaan bij de groepsbegeleiders van de zelfhulpgroepen en de andere vrijwilligers die werkzaamheden voor het ZHNLW verrichten. Onze vrijwilligers zijn goud waard! Een verwendag in het teken van "samen" en "muziek" werd georganiseerd. Deelnemers konden deelnemen aan diverse workshops en kennismaken met ontspanning, creativiteit en elkaar. Een geslaagde dag. Tijdens deze dag hebben de begeleiders van de groepen kunnen kennismaken met de leden van de Raad van de Zelfhulp. De deelnemers hebben meegedacht en suggesties aangeleverd voor toekomstige verwendagen.

Verder hebben wij in samenwerking met Moved media een plan tot stand gebracht om zelfhulp meer bij mensen onder de aandacht te brengen via televisie. Take care TV gaat, als de financiering rond is, een serie van 13 afleveringen uitzenden waarin zelfhulp centraal staat.

Er is in 2010 weer veel werk verzet. En er staat weer veel op de rit voor aankomend jaar. Wij sluiten een dynamisch en mooi 2010 af en gaan vol energie met de groepen verder in 2011.

Maart 2011, A.A.T. van Heugten (voorzitter)

1. INLEIDING

In dit jaarrapport is te lezen wat een inspirerend jaar 2010 is geweest. Een jaar met vele activiteiten. Er is hard gewerkt aan ondersteuning aan de groepen, samenwerking, kennisdeling en meer bekendheid geven van de zelfhulpgroepen en het ZHNW.

In de volgende hoofdstukken zullen wij verder kort aangeven welke activiteiten er in 2010 hebben plaatsgevonden binnen Eindhoven e.o. en Helmond en Peellandgemeenten, beginnende bij onze kernactiviteiten gevolgd door organisatie en financiën. In de bijlage zijn de leden van de Raad van de Zelfhulp, het Bestuur en een overzicht van onze aangesloten groepen weergegeven.

2. KERNACTIVITEITEN ZHNW

De kernactiviteiten van het ZHNW bestaan uit ondersteuning van de groepen, de Raad van Zelfhulp en de Samenwerking. De kernactiviteiten van het ZHNW worden uitgevoerd vanuit de locaties van het ZHNW in Eindhoven en Helmond. In dit rapport wordt aangegeven wanneer de activiteiten verschillen.

In Eindhoven heeft het ZHNW en de groepen de beschikking over een gebouw van de gemeente. Het kantoor van het ZHNW bevindt zich in dit gebouw en wordt gehuurd. De groepen kunnen tegen betaling van koffie en thee gebruik maken van groepsruimte. In Helmond wordt een kantoorruimte gehuurd bij GGZ Oost Brabant. De groepen maken gebruik van het Patronaat, De Fonkel en andere ruimten.

Bij de Stichting waren in het rapportjaar 52 zelfhulpgroepen en/of -organisaties aangesloten. Een overzicht van deze groepen vindt u in de bijlage van dit rapport.

Het ZHNW bestrijkt de volgende terreinen: Geestelijke gezondheid, Verslaving, Familieorganisaties, lichamelijke gezondheid (Somatiek), Seksualiteit en groepen Overige.

2.1 Ondersteuning aan de groepen

Het ZHNW ondersteunt bestaande en startende zelfhulpgroepen. Alle aangesloten groepen hebben een intentieverklaring getekend en daarmee ook onze doelstelling geaccepteerd. Het ZHNW ondersteunt de groepen in groepsruimte, kopieer, verzendkosten, in Pr en in samenwerking met andere partijen en organisaties. Daarnaast fungeert het ZHNW als vraagbaak en klankbord voor de groepen.

In 2010 is er een groep van 14 deelnemers geweest die deelgenomen hebben aan de cursus "hoe start ik een zelfhulpgroep". Twee leerzame dagen. Met deze deelnemers is veel gedeeld en ook gekeken naar behoeften voor de toekomst. Deelnemers gaven aan om in de toekomst graag enkele keren met groepsbegeleiders bij elkaar te willen blijven komen. Dit om kennis te delen en elkaar te ondersteunen bij de verdere voortgang van de groepen en groepsbegeleiding. Ook hier stond "samen kun je meer" en "samen sta je sterk" centraal. Ook heeft een van de vrijwilligers, die cursussen geeft binnen het ZHNW aan groepen, een training gevolgd op het gebied van psychosociale begeleiding.

Het ZHNW heeft de groepen ondersteund in het naar buiten treden; in samenwerking met 0^e, 1^e en 2^e lijn zorg en scholen. In 2010 heeft de aandacht vanuit het ZHNW nog meer gelegen bij het in

contact treden met de groepen. Groepen uit de regio bij elkaar brengen, kennis delen, behoeften helder krijgen en omzetten in activiteiten. De activiteiten die met de groepen tot stand kwamen worden zoveel mogelijk gezamenlijke tot uitvoer gebracht, en niet iedere groep afzonderlijk, dit werkt tijd en kosten besparend. Deze ondersteuning aan de groepen wordt als goed ervaren en willen we continueren.

Pr berichten vanuit de groepen zijn door het ZHNW geplaatst in kranten en tevens, op verzoek, is er melding gemaakt op de website. De website wordt steeds aangepast en goed van nieuwe informatie voorzien. Het vijf jarig bestaan van de dependance in Helmond is door het Eindhovens Dagblad belicht door het plaatsen van een afgenomen interview. Er zijn folders ontwikkeld voor een aantal groepen, onder andere de folder van de depressie groepen, Mindfulness groep, zingevinggroep, de afasietaalgroep en de MS contactgroep Deurne. De laatste 2 zijn begin 2011 besteld. Deze folders publiceren wij ook weer op onze website zodat de folders ook digitaal in te zien zijn. De coördinator Helmond en vrijwilliger zijn eind 2010 begonnen met het maken van een Pr-plan voor Helmond.

Het zijn vooral nieuwe groepen en groepen binnen de GGZ, de Verslavingszorg, de Lichamelijke Gezondheidszorg en de groepen Overige die onze ondersteuning vragen.

2.1.1 GGZ en Verslavingszorg

In Eindhoven blijft de ondersteuning aan de groepen van zowel GGZ als verslavingzorg een belangrijk aandachtspunt. Het overlijden van de begeleider van La Folie Douce (de groep rond schizofrenie) heeft heel wat onrust bij de groep gebracht. We hebben deze groep veel extra ondersteuning gegeven. Inmiddels hebben we een nieuwe begeleider gevonden en is de rust grotendeels wedergekeerd. We hebben weer een poging gedaan om een groep De Moedige Moeders te starten maar dat is helaas nog niet gelukt. De gesprekken hierover zijn nog niet afgerond. Er is een zelfhulpgroep Verder In Aandacht gestart; dit is een zelfhulpgroep gericht op Mindfulness.

In Helmond is er eind 2010 een zelfhulpgroep voor mensen met borderline gestart. Helaas heeft de groep, door minimale terugkerende opkomst van de deelnemers, geen doorgang kunnen vinden. De zelfhulpgroep voor zingeving is een groep die zelfstandig met behulp van het zelfhulpnetwerk een doorstart heeft gemaakt na de zingevinggroep van de GGZ, maar dan zonder professionals (adoptie van groepen). Beide begeleiders hebben de training van het zelfhulpnetwerk gevolgd en de groep draait op het moment met 10 mensen. Er wordt gedacht om een tweede groep te starten, maar dan niet specifiek voor mensen met een psychiatrische achtergrond.

Voor Lotus (Huize Padua e.o.) is 2010 opnieuw een intensief jaar geweest. Zo waren er 10 thema avonden gehouden in de foyer van Huize Padua met gemiddeld 8 deelnemers. In Gemert zijn 10 thema avonden gehouden in gemeenschapshuis De Eendracht met gemiddeld 10 deelnemers. Iedere week op dinsdag en vrijdagmiddagmiddag zijn er inloopmomenten op het kantoor van Lotus in het hoofdgebouw van Huize Padua met gemiddeld 4 a 5 deelnemers. Het accent ligt dan op ontmoeting en uitleg over het zelfhulp netwerk. In de praktijk is men vaak al heel tevreden met (h) erkenning en begrip. In 2010 is het kerngroepje uit gebreid met een enthousiaste lotgenoot. Daar zijn we heel erg blij mee, want ook in 2010 bleek hoe kwetsbaar we zijn. Door de heftige problematiek en de intense betrokkenheid kreeg een van de kerngroep leden een heftige terugval. In 2011 zullen we vooral proberen om meer vrijwilligers, lotgenoten te werven als steungroep voor Lotus.

2.1.2 Somatiek (lichamelijke gezondheid)

Binnen de Somatiek is er afgelopen jaar hard gewerkt aan ondersteuning. Het ZHNW heeft de groepen Somatiek vanuit de regio zuidoost Brabant bij elkaar gebracht.

De groepen Somatiek zijn 2 x bijeengekomen. In deze bijeenkomsten stond kennismaking, delen van kennis en het delen van ieders netwerken, behoeftepeiling van de groepen en samenwerking centraal. Samen sterk was hierin een gedeelde uitspraak. De behoeften van de groepen, daar waar ondersteuning vanuit het ZHNW wenselijk is, is in kaart gebracht. Tevens zijn er wenselijke acties uitgestippeld. Netwerken die de groepen reeds hebben worden benut om verdere acties tot uitvoer te brengen. Er is een zelfhulpgroep voor Q koorts patiënten gestart.

In Helmond heeft Inloophuis De Cirkel zich aangesloten bij onze stichting door middel van een intentieverklaring. Zij hebben een eigen ruimte en hun eigen vrijwilligers, maar onderschrijven de visie van het ZHNW en willen daar waar mogelijk samenwerken.

2.1.3 Groepen overige en nieuwe initiatieven

De Stichting Transgendergroep Eindhoven is op zoek gegaan naar ondersteuning ten aanzien van het opzetten van een jongerengroep. Zij zijn er in geslaagd deze jongerengroep te starten vanaf 31 januari 2011. Er is ondersteuning geboden in advies met betrekking tot financiering, public relations; via kranten, websites en instellingen.

In 2010 heeft er een overleg plaatsgevonden met de armoedegezant van de gemeente Eindhoven. Er is gesproken over armoede en de mogelijkheden ten aanzien van het opzetten van zelfhulpgroepen. De bedoeling is om dit plan in 2011 te concretiseren.

Ook met slachtofferhulp in Eindhoven is gekeken naar de lotgenotengroepen die trainingen volgen binnen slachtofferhulp. Er is gesproken over samenwerking en ondersteuning. Lotgenotengroepen die de training gevolgd hebben kunnen, indien gewenst, verder als zelfhulpgroep. Zij kunnen daarvoor ondersteuning ontvangen van het ZHNW.

Er zijn in de gemeente Eindhoven gesprekken gevoerd met Stichting Al Bayaan, Marokkaanse gemeenschap, om te bekijken waar samenwerking mogelijk is. Hier zijn nog geen concrete plannen uit voort gekomen.

De Somalische gemeenschap Eindhoven is nog steeds actief als groep. Zij hebben ook in 2010 ondersteuning ontvangen vanuit het ZHNW.

In Helmond is er overleg geweest met Centrum Jeugd en Gezin (CJG.). Zij willen graag lotgenotencontact voor kinderen van gescheiden ouders. Omdat het een jonge doelgroep is met vaak complexe problematiek en achtergrond lijkt het niet realiseerbaar om een lotgenotengroep samen te stellen volgens de visie van het ZHNW (geheel zonder professionals). In 2011 wordt hier verder over gesproken. Met het CJG is ook de mogelijkheid bekeken om een zelfhulpgroep voor tienermoeders tot stand te brengen en/of gescheiden (Marokkaanse) moeders. Ook is er gesproken om voorlichting te geven over het ZHNW tijdens bijeenkomsten voor ouders, binnen het CJG.

Binnen de Helmond en Peellandgemeenten is door het ZHNW een presentatiegehouden bij de GGZ voor de groep wereldvrouwen. Deze groep bestond uit vrouwen van verschillende culturen die

mede door hun verhuizing uit eigen land psychische problemen hebben gekregen. Deze groep vrouwen is bijna klaar met hun behandeling. Om terugval te voorkomen wordt er gekeken of er mogelijkheden bestaan om deze vrouwengroep(en) zelfstandig als zelfhulpgroep verder te laten gaan.

Verder is er een gesprek geweest met Stichting Welzijn Helmond over het project Zij aan Zij. Dit is om het contact met buitenlandse en Nederlandse vrouwen te bevorderen. Er is gesproken over wat we voor elkaar zouden kunnen betekenen. Hieruit kwam naar voren dat de groep zoals hij nu draait te veel verschilt met de visie van het zelfhulpnetwerk (o.a. door de professionele begeleiding). In de toekomst bestaat de mogelijkheid, als de vrouwen dit willen en kunnen, om samen verder te gaan als zelfhulpgroep. Het ZHNW zal hen hierin ondersteunen.

In 2010 hebben er diverse gesprekken plaatsgevonden om te komen tot een plan “allochtonen op weg naar Zelfhulp”. Binnen het ZHNW zijn nu nauwelijks allochtonen vertegenwoordigd. Zelfhulpgroepen en samenwerkingspartners geven aan deze problemen te delen. Uit het onderzoek van Hoogleraar J. Steyaert (WMO werkplaats; informele en formele zorg) komt het percentage van deelnemers Zelfhulp van Nederlandse afkomst op circa 97%. Ook hierin komt duidelijk naar voren dat de groep allochtonen niet bereikt wordt. Dat de meeste allochtone mensen die met problemen kampen zijn onvoldoende bekend met de mogelijkheden van zelfhulp. Dit ligt zowel aan sociaaleconomische als aan culturele factoren. Het plan “allochtonen op weg naar Zelfhulp is in ontwikkeling om zelfhulp regionaal te realiseren voor allochtone mensen met psychische, lichamelijke of ander problemen. Dat zij aan kunnen sluiten bij het ZHNW en met hulp van het ZHNW zelfhulpgroepen kunnen opzetten. Indien het ZHNW financiële ondersteuning ontvangt dan is de verwachting dat het project in de loop van 2011 van start kan gaan

Een aantal andere mogelijke zelfhulpgroepen in ontwikkeling zijn nog te pril om te vermelden. Met de mensen die hier het initiatief in willen nemen, lopen nog gesprekken.

2.2 De Raad van de Zelfhulp

In januari 2010 is gestart met het ontwikkelen van de Raad van de zelfhulp.

Er is een initiatiefgroep gevormd met potentiële raadsleden die de opdracht kregen gedurende 2010 tot aan het jubileum op 21 september een basis te leggen voor de Raad van zelfhulp.

De Raad is dit jaar 10 keer bijeengewees voor vergaderingen, voor de installatie op 21 september en de presentatie aan de groepen op de vrijdag voor vrijwilligers in november. Er is dit jaar zowel inhoudelijk als organisatorisch gewerkt:

Inhoudelijk:

De belangrijkste inhoudelijke taak is het bewaken van de ziel van zelfhulp en daarvoor houdt de Raad nauw contact met de groepen. De Raad is teruggegaan naar de basis en heeft met elkaar geformuleerd wat voor de leden het belangrijkste is geweest van zelfhulp, hoe iedereen de kern van zelfhulp ziet, hoe de gedachten zijn om dit op een goede manier te kunnen uitdragen, wat zelfhulp anders maakt dan andere vormen van hulp. Dit heeft geresulteerd in moodborden en teksten die de essentie van zelfhulp weergeven. De moodborden en teksten zullen nog verwerkt worden in een kleine bundel van de Raad die gebruikt kan worden om in groepen het gesprek over zelfhulp aan te

gaan. Er is een folder gemaakt en de Raad heeft zichzelf gepresenteerd aan de zelfhulpgroepen tijdens de vrijwilligersdag in november en daarbij aangekondigd begin 2011 te starten met gesprekken met de groepen over hun wensen. Hiervoor heeft de Raad op de vrijwilligersdag een vragenlijst uitgereikt.

Organisatorisch:

De belangrijkste organisatorische taak is invloed uitoefenen op en toetsen van het beleid van het ZHNW. Er is gewerkt aan de positie in het ZHNW en de vergadercultuur van de Raad: de relatie met het bestuur en medewerkers van het Netwerk, aantal vergaderingen per jaar, de agenda, die de Raad nodig heeft om haar taak goed te kunnen uitvoeren en de voorbereiding op haar taak mee te bouwen aan beleids- en werkplannen. Dit heeft geresulteerd in een huishoudelijk reglement van de Raad en een plan van aanpak 2011. Er is een jaaragenda gemaakt, omdat sommige agendapunten jaarlijks op een bepaald moment terugkeren. Er heeft een presentatie van de resultaten en een uitwisseling met het bestuur plaatsgevonden.

Formeel is de Raad van de Zelfhulp op 21 september geïnstalleerd en heeft de adviesrol van de Raad van advies overgenomen. Dit is in de statuten vastgelegd.

Er is gewerkt aan een profielschets voor de ondersteuner van de Raad en er heeft een werving plaatsgevonden. De taken van de ondersteuner zijn geformuleerd: agenda van de raad bewaken, bijeenkomsten voorbereiden, afsprakenlijst maken, afhandelen van afspraken, ondersteunen bij activiteiten van de raad (bijvoorbeeld de gesprekken met groepen, en het bestuur), voorstellen uitwerken, regelen van afspraken, besprekingen over werk en beleidsplan voorbereiden.

2.3 Samenwerking

Het ZHNW heeft samenwerking met samenwerkingspartners op het gebied van 1^e lijn, GGZ, verslavingszorg, Somatiek, en de informele zorg.

Er wordt samengewerkt met scholen in het kader van voorlichting en onderzoek.

Naast samenwerking met partijen en hulpverleners gericht op zorg en de scholen wordt er ook voorlichting geven binnen de gemeenten. Het contact met de gemeente Veldhoven heeft in 2010 duidelijkere vormen aangenomen en staat hier tevens verwoord.

2.3.1 Scholen:

Fontys Hoge School

Er hebben voorlichtingsbijeenkomsten, vanuit het ZHNW samen met enkele zelfhulpgroepen, aan studenten plaatsgevonden. In februari, maart en in de maand mei.

In samenwerking met de Fontys Hoge school is het onderzoek uitgaande van de WMO werkplaats verder in gang gezet. Dhr. J. Steyaert, hoogleraar bij de Fontys Hoge School is degene die dit onderzoek samen met het ZHNW tot uitvoer brengt. Het doel van dit onderzoek is om de relatie tussen formele en informele zorg te verbeteren en dichter bij elkaar te brengen. In 2010 zijn enquêteformulieren uitgezet binnen de zelfhulpgroepen. Zowel onder groepsbegeleiders als onder deelnemers. Aansluitend op de enquêtes zijn diepte interviews afgenomen onder deze begeleiders en deelnemers van de zelfhulpgroepen. Er is verslag gemaakt van de bevindingen van dit deel van het onderzoek.

ROC Eindhoven

Er is een voorlichtingsbijeenkomst geweest voor leerlingen van het ROC. De opkomst van studenten was erg groot, circa 50 leerlingen. De leerlingen waren goed voorbereid en leergierig.

2.3.2 Eerste lijn zorg

Het jaar 2010 stond voor ons in het teken van verkenning. Om Zelfhulp binnen de 1^o lijn bespreekbaar te krijgen zal vermoedelijk een moeizaam proces worden. De huisartsen zijn moeilijk bereikbaar. Nu richten wij ons op de POZOB om de meerwaarde van zelfhulp te bespreken. Via de weg van de praktijkondersteuners kan hopelijk e.e.a. beter geregeld worden.

Binnen Helmond e.o. is er samenwerking met Stichting Welzijn Helmond en andere 1^o lijn organisaties, zoals de gezondheidscentra. Er is een presentatie door het ZHNW verzorgd aan verschillende deelnemers van het veiligheidshuis (o.a. LEVgroep, slachtofferhulp, politie, bemoeizorg).

2.3.3 GGZ en Verslavingszorg

Het is en blijft moeilijk om vooral hulpverleners binnen GGZ het nut van zelfhulp te leren inzien. De voorlichting aan hulpverleners loopt bijzonder traag. We zullen hier het contact met de instelling moeten blijven onderhouden anders is het risico groot dat we weer terug gaan naar de jaren tachtig waar de weerstand van zelfhulp naar professionele zorg gigantisch was.

Met het Cliënten Belangen Bureau van de GGzE zijn we in gesprek om te komen tot een Klankbordgroep. Met deze groep willen we een klankbord zijn voor mensen die na aanmelding bij het GGzE horen dat er voorlopig geen ruimte is voor behandeling. We hopen in 2011 e.e.a. geregeld te krijgen met het GGzE. Als dit werkt kunnen we dat ook voor andere instellingen gaan gebruiken.

Een halfjaarlijks overleg heeft plaatsgevonden met de groepen GGZ/ verslaving uit de Regio Eindhoven en Helmond samen met enkele professionals. Er heeft deskundigheidsbevordering plaatsgevonden over het servicebureau en de cliëntenraden.

De zelfhulpgroepen hebben diverse voorlichtingsbijeenkomsten gehouden binnen de GGZ en verslavingszorg.

De Dependance Helmond heeft samenwerking tot stand gebracht met het ODAC (Ontmoeting en Dag Activiteiten Centra), informatiecentrum GRIP en de GGZ Helmond/ locatie Claraklooster, dit verloopt goed. We weten elkaar te vinden en lopen bij elkaar binnen. Tijdens de rondleidingen binnen het Claraklooster wordt ook aandacht besteed aan het ZHNW.

Tijdens het jubileum van drie familieorganisatie in Helmond e.o. : Jubileumkaravaan Anoksis (15 jaar), Ypsilon (25 jaar), Verwenzorg (10 jaar), heeft het ZHNW zich geprofileerd door deel te nemen aan een infomarkt. Dit jubileum was met name bedoeld voor familieleden van GGZ cliënten. Onze stand werd bezocht door zeer geïnteresseerde bezoekers. Bij deze markt hebben wij onze contacten gelegd met een persoon die zich als vrijwilliger die in wil zetten voor het ZHNW.

De Dependance Helmond heeft deelgenomen aan de eerste bijeenkomst van de Pilot buurtbinderij. Dit pilot is opgezet door de gemeente Helmond. De gemeente wil toe naar een systeem van maatschappelijke ondersteuning, waarin de meest kwetsbare burgers die ondersteuning krijgen, die

minimaal nodig is voor een basisniveau aan zelfredzaamheid en participatie. Daarbij wordt in eerste instantie een beroep gedaan op de mogelijkheden, verantwoordelijkheden en de zelfredzaamheid van de burger zelf, in tweede instantie op de laagdrempelige ondersteuning die kan worden geleverd door maatschappelijke steunsystemen. Het ZHNW is toegankelijk voor iedereen en spreekt mensen aan op hun mogelijkheden en kwaliteiten. Daarom sluit het ZHNW goed aan bij het pilot buurtbinderijen.

Het ZHNW heeft binnen de gemeente Helmond deelgenomen aan Platform 7, 8, 9. Dit platform houdt zich bezig met de wet maatschappelijke ondersteuning (WMO). In de WMO termen omvat de maatschappelijke zorg de laatste drie prestatievelden: Maatschappelijke opvang(7), openbare geestelijke gezondheidszorg(8), en verslavingszorg(9). In het bestuurlijk overleg tussen de gemeente en het ZHNW is besloten dat het ZHNW aan de hand van de agendapunten bepaald of zij aanwezig zijn bij de vergaderingen. Dit om tijd en kosten te besparen.

Tijdens de Landelijke dag van de zorg heeft de Dependance Helmond haar deuren geopend voor geïnteresseerden. Ook het ODAC was die dag geopend. Het was druk en de dependance is goed bezocht.

2.3.4 Somatiek

Binnen de Somatiek wordt er door de coördinatoren en de zelfhulpgroepen regionaal samengewerkt. Het ZHNW heeft contacten gelegd met informatiepunt MEE/ Blixembosch, Stichting Aandacht, het IKZ (Integraal Kankercentrum Zuid), de inloophuizen, het NAH netwerk (niet aangeboren hersenletsel), Zorgbelang, MEE, PGE (platform gehandicapten Eindhoven) en diverse patiëntenverenigingen.

Het ZHNW heeft samen met de zelfhulpgroep CVA en Afasie samenwerking opgezet met het NAH Netwerk, Zorgbelang, MEE en het NAH café. Er is een klankbordgroep geformeerd van “getroffenen” die als adviesorgaan fungeren. Binnen deze klankbordgroep komt Zelfhulp en de betekenis van zelfhulp binnen de zorgketen van NAH in 2011 uitgebreid aan bod.

Met het IKZ en de inloophuizen is gekeken en besproken waar aanvulling, delen, samenwerking en andere mogelijkheden liggen. Er is regelmatig contact met elkaar.

In 2010 zijn er contacten geweest met revalidatiecentrum Blixembosch om Zelfhulp meer onder de aandacht te brengen. In 2011 komen de verdere afspraken en acties tot uitvoer. De behoefte vanuit de groepen is dat zelfhulp onder de aandacht wordt gebracht bij de cliënten binnen het revalidatiecentrum maar ook bij hulpverleners en cliëntenraden. Dat bekend is dat groepen binnen het revalidatiecentrum waarvan de behandeling beëindigd, geadopteerd kunnen worden binnen het ZHNW. Zo kan er verder gewerkt worden aan herstel en leren omgaan met.

De zelfhulpgroepen geven duidelijk aan, met name uit eigen ervaring, dat zelfhulp een meerwaarde is en een aanvulling is op de huidige zorg. We hebben het hier over kwaliteitsverbetering van zorg.

In 2010 is er een eerste aanzet gemaakt om contacten te leggen met patiëntenvoorlichting binnen ziekenhuizen en binnen de eerste lijn, de praktijkondersteuners van huisartsen (PoZoB). Dit wordt verder tot uitvoer gebracht in 2011.

Ook is er een oriënterend gesprek geweest met een re-integratie deskundige over hoe ARBO diensten geïnformeerd en voorgelicht zouden kunnen worden over de meerwaarde van Zelfhulp. De zelfhulpgroep van Q koorts patiënten is gestart in 2010 en heeft volle groepen.

2.3.5 Partijoverleg regio Helmond

Binnen de gemeente Helmond e.o. is er eind 2010 een start gemaakt met het partijoverleg. Deze bijeenkomst heeft als doel om met elkaar kennis te maken en te komen tot afstemming van de ketenzorg en de meerwaarde van Zelfhulp binnen deze keten. De partijen die deelnemen zijn afkomstig uit zowel GGZ, Somatiek, Maatschappelijke opvang, 1^e lijn als jeugdzorg. De deelnemende partijen zijn GGZ oost Brabant, Novadic Kentron, LEV groep, Elkerliek ziekenhuis, Stichting Maatschappelijke opvang en Centrum Jeugd en Gezin. Dit partijoverleg zal mogelijk t.z.t. uitgebreid worden met andere instellingen/organisaties. Tijdens het eerste overleg kwam duidelijk naar voren dat alle partijen zeer positief staan tegenover Zelfhulp, weinig weerstanden zien en graag verder willen in samenwerking. De verschillende partijen willen bekijken en bespreken hoe zij zelfhulp op kunnen nemen binnen hun eigen organisatie aan de hand van het verwijsprotocol "onbenutte mogelijkheden". Alle partijen zijn het er over eens dat mensen moeten worden aangesproken op hun krachten en bijbehorende mogelijkheden, dit bevordert het (positieve) herstel van hun gezondheid en/of leefsituatie.

2.3.6 Informele zorg

Afgelopen jaar is er binnen de gemeente Eindhoven deelgenomen aan het Netwerk Informele Zorg. Het Netwerk Informele Zorg is een initiatief om samenhang en samenwerking te bevorderen. Het is één van de beleidsdoelstellingen in het Beleidsprogramma Actief Burgerschap en Informele zorg 2008 - 2011 'Eindhoven voor elkaar' van de gemeente Eindhoven.

In het Netwerk Informele Zorg wordt samengewerkt, informatie uitgewisseld en afgestemd met de mantelzorg en vrijwillige thuiszorg. De tijdsinvestering voor deelname aan overleggen en werkgroepen is in voorgaande jaren te intensief gebleken en niet haalbaar in de situatie waarin wij als organisatie nu verkeren. Er is geen financiële compensatie om al deze tijd en investering uit te kunnen bekostigen. Om die reden kon er in 2010 maar minimaal deelgenomen worden aan overleggen en werkgroepen. Het ZHNV kon dan wel niet altijd lijfelijk aanwezig zijn maar was wel aan de zijlijn betrokken en heeft waar nodig kunnen participeren.

Binnen Helmond en Peelandgemeenten zijn er contacten gelegd met organisaties op het gebied van informele zorg, zoals mantelzorg, vrijwilligerscentrale etc. Er is contact gelegd met de vrijwillige thuiszorg. Er heeft een gesprek met de vrijwilligerscentrale plaatsgevonden en er is besproken wat we voor elkaar kunnen betekenen. Ook is er informatie uitgewisseld ten aanzien van werving van vrijwilligers. Er zijn zelfhulpkranten achter gelaten om uit te delen aan vrijwilligers die hier interesse in hebben.

Er heeft een gesprek plaatsgevonden met wijkbeheer binnenstad. De doelstelling van wijkbeheer is alleen gericht op de binnenstad van Helmond en daarom niet breed genoeg om de doelgroepen van het ZHNV te bereiken. Er is gesproken over wat we wel voor elkaar zouden kunnen betekenen en over de intentie om elkaar op de hoogte te houden van de verschillende ontwikkelingen.

2.3.7 Voorlichting binnen de Gemeenten

Het ZHNW heeft voorlichting gegeven aan de gemeente Asten/ Someren. Deze voorlichting was speciaal bedoeld voor de mensen die de WMO loketten bemannen en de inwoners van de desbetreffende gemeenten adviseren en ondersteunen.

Ook bij de gemeente Deurne is er aan Stichting welzijn Deurne en sociale zaken een presentatie gehouden over het zelfhulpnetwerk. Deze presentatie was druk bezocht onder andere door MEE, LEVgroep (regionale organisatie voor Welzijn en Maatschappelijke Dienstverlening) en Politie.

2.3.8 Gemeente Veldhoven

Daar onze secretaris in Veldhoven woont, heeft zij namens onze stichting zitting genomen in het overleg Lokaal Gezondheidsbeleid Veldhoven (LGV). In dit overleg zitten alle relevante partijen rond Zorg bij elkaar om over de problemen in de Zorg te spreken met als doel de gemeente hierover advies te geven. Helaas zijn de huisartsen niet vertegenwoordigd in dit overleg. Vanuit de Stichting is het van belang om met andere partijen van gedachten te wisselen over samenwerking. Het heeft in ieder geval geresulteerd in een financiële bijdrage voor voorlichting over Zelfhulp. In de afgelopen periode is vooral gesproken over eenzaamheid. Wij kwamen vooral tegen dat eenzaamheid bij alle doelgroepen voorkomt. Er wordt 3x per jaar vergaderd. Daarbij kunnen we ook gevraagd worden voor een overleg met andere partijen.

3. ORGANISATIE

Na een periode van ± 6 jaar als initiatiefgroep vond op 21 september 1990 te Veldhoven de oprichting plaats van de Stichting Zelfhulp Netwerk Eindhoven/ Kempenland. Door de stijgende vraag naar ondersteuning vanuit Helmond en de Peelgemeenten zijn wij op 10 oktober 2005 Stichting Zelfhulp Netwerk Zuidoost- Brabant geworden. Het ZHNW heeft 2 vestigingen. 1 hoofdkantoor in Eindhoven en een dependance in Helmond.

3.1 Kantoor Eindhoven

De Stichting is gehuisvest aan de Kronehoefstraat 21-29 te Eindhoven, het pand voor de Informele Zorg. De gemeente Eindhoven biedt door middel van dit pand, zelfhulpgroepen de mogelijkheid gratis gebruik te maken van de gesprek- of vergaderruimtes. Hiervan wordt zeer intensief gebruik gemaakt. Uit de gesprekken die wij met andere initiatieven rond zelfhulp in het land voeren komt overduidelijk naar voren dat de gemeente Eindhoven, voor zover na te gaan, de enige gemeente in Nederland is die ten behoeve van de Informele Zorg een dergelijk voortreffelijk beleid heeft. Door de groei van het aantal zelfhulpgroepen zal er goed gekeken moeten worden naar de beschikbare en noodzakelijke groepsruimtes. Naast dit pand geven zowel Novadic/ Kentron, GGzE, GGZ Helmond, Huize Padua en de ziekenhuizen mogelijkheden voor het groepswerk

Het kantoor is sinds 1 juni 2000 gevestigd:

Kronehoefstraat 21-29

5612 HK Eindhoven

Tel: 040 2118328

E-mail: eindhoven@zelfhulpnetwerk.nl

Web-site: www.zelfhulpnetwerk.nl

3.2 Dependance Helmond

Dependance Helmond heeft 8 december 2010 het 5 jarig bestaan gevierd. De Dependance ging van start op 8 december 2005 in het Patronaat te Helmond.

Onze Dependance is sinds 2008 gehuisvest in het Clara klooster.

In 't Patronaat blijven wij vooral van de groepsruimte gebruik maken.

Ook wordt er gebruik gemaakt van ruimten binnen ontmoetingscentrum "De Fonkel" en binnen ziekenhuizen en op andere locaties.

Het bezoekadres van de Dependance is:

Molenstraat 74 A te Helmond

Het postadres is:

Kronehoefstraat 21-29

5612 HK Eindhoven

Tel: 0492 476062

E-mail : helmond@zelfhulpnetwerk.nl

3.3 Bedrijfsvoering

In 2010 is er veel aandacht besteed aan de bedrijfsvoering van de organisatie van het ZHNW. Zo is er een start gemaakt met het vastleggen van procedures, processen, beleid etc. in een kwaliteitshandboek. De beleidscyclus is duidelijk in beeld gebracht en dient als organisatorische jaarplanning binnen de organisatie. Dit kwaliteitshandboek is opgesteld om goede handvaten te hebben en om eenduidigheid in het werk te bewerkstelligen. Daarnaast dienen medewerkers allen op de hoogte te zijn van de bestaande processen en weten zij hoe dit te raadplegen. Er is tevens aandacht besteed aan personeelsadministratie en salarisadministratie. De processen ten aanzien van personeel en salaris zijn uitgewerkt en worden uitgevoerd. Jaarlijks worden de documenten uit het kwaliteitshandboek geëvalueerd en bijgesteld.

Er is gestart met het goed up to date maken van het adressenbestand en externe contactgegevens.

Werkzaamheden die werden uitgevoerd variëren van fysiek het kantoor openhouden, administratieve werkzaamheden, e-mails, telefoontjes beantwoorden en afhandelen, ontwikkelen van voorlichtingsmateriaal ter ondersteuning aan de groepen, meewerken aan de scholing van begeleiders van zelfhulpgroepen, vragen van mensen adequaat verwerken, doorverwijzen van zelfhulpvragers naar zelfhulpgroepen en het voorbereiden van presentaties.

Naast het 20 jarig bestaan van het ZHNW bestond de Dependance in Helmond in 2010, 5 jaar. Dit jubileum hebben medewerkers en vrijwilligers met gepaste trots gevierd middels een gezellig etentje. De dependance in Helmond is ondanks het minimale aantal vrijwilligers toch in staat geweest het grootste deel van 2010 vier dagdelen per week open te zijn.

Vanuit de GGZ Oost Brabant is in 2010 de vraag gekomen of wij iets zouden kunnen betekenen in hun project Werksaam "traject begeleiding". Werksaam ondersteunt cliënten bij het herstellen van de mogelijkheden om (weer) te werken. Het kan gaan om het vinden van betaald werk of vrijwilligerswerk maar ook een tussen stap in de vorm van een stage of training/opleiding behoort tot de mogelijkheden. Het doel van dit traject is om ervaring op te doen en stappen te zetten om

terug te keren in de maatschappij. Vanuit dit traject heeft een vrijwilliger werkzaamheden verricht bij de dependance in Helmond. Deze persoon heeft zelfstandig (met overleg) de papieren administratie op orde gebracht. De ervaringen vanuit het ZHNW waren positief. Na de stage periode is zij gestopt met haar werkzaamheden bij het ZHNW, omdat ze de mogelijkheid kreeg om elders in een betaalde functie te gaan werken.

3.4 Personeel

In 2010 bestond de personele bezetting uit een betaalde coördinator die verantwoordelijk is voor de bedrijfsvoering van het ZHNW en de aansturing van de medewerkers. De coördinator voert coördinerende werkzaamheden uit voor Eindhoven. Zij werkt voor 16 uur per week en heeft 3 project uren voor de groepen Somatiek. In Helmond is een medewerker werkzaam voor 12 uur per week. Zij is verantwoordelijk voor de coördinerende werkzaamheden van de Dependance Helmond. Beide medewerkers zijn actief binnen de regio Zuidoost Brabant. Op de locatie Eindhoven is een administratief medewerker werkzaam voor 17 uur per week. Deze medewerkster voert zowel activiteiten uit voor de dependance in Helmond als voor Eindhoven. In 2010 is er betaalde ondersteuning ingezet op de samenwerking GGZ/ verslaving en maatschappelijke opvang en bij het oprichten van de Raad van de Zelfhulp.

4. FINANCIËN

Stichting Zelfhulp Netwerk Zuidoost-Brabant ontvangt subsidies van de gemeente Eindhoven, Helmond en de Peellandgemeenten en van gemeente Veldhoven.

Deze subsidies worden ingezet voor onze reguliere activiteiten:

- het ondersteunen van groepen,
- de samenwerking met de instellingen
- de Raad van de Zelfhulp ,
- de zelfhulpkrant
- de bedrijfsvoering van het Zelfhulp Netwerk.

Daarnaast is er in 2010 subsidie ontvangen van het CZ-fonds voor het schrijven van het boek: De ziel van Zelfhulp en van Fontys voor de bijdrage van het Zelfhulp Netwerk aan het WMO-project.

Voor Helmond en regio hebben we een loonsubsidie ontvangen ter aanvulling voor de coördinator van het subsidie vanuit de gemeente.

Het Zelfhulp Netwerk beheert tevens de financiën van een lotgenotengroep die functioneert binnen huize Padua in Boekel.

De hier genoemde activiteiten zijn in het voorafgaande uitgebreid beschreven.

Het Zelfhulp Netwerk is de afgelopen 2/3 jaar van een hoofdzakelijk vrijwilligersorganisatie uitgegroeid naar een professioneel geleide organisatie. Dit heeft consequenties voor de financiën, voorheen werd een groot gedeelte van de bedrijfsvoering onbepaald en onbetaald gedaan en met het aannemen van betaalde coördinatoren is de tijd die erin gestoken kan worden niet meer onbepaald. Wij zullen daarom financieel moeten toe werken naar meer continuïteit.

Anderzijds moeten we rekening houden met bezuinigingen binnen de gemeente en wordt er aan de financiële continuïteit geknibbeld.

Binnen dit spanningsveld zal het ZHNW de komende periode extra aandacht besteden aan het streven naar een financieel gezonde organisatie.

Voor meer informatie verwijzen wij naar de jaarrekening en het accountantsrapport.

Bijlage:

In deze bijlage zijn de Raad van de Zelfhulp, het Bestuur en de aangesloten groepen weergegeven.

1. Leden van de Raad van de Zelfhulp

Het bestuur van de Stichting wordt bijgestaan door een Raad van Zelfhulp. Leden van deze Raad zijn afkomstig uit de zelfhulpgroepen en kunnen gevraagd en ongevraagd advies uitbrengen. De Raad bestond in 2010 uit 5 personen. Deze personen zijn met name afkomstig uit de GGZ en verslavingsgroepen. In 2011 zal er gezocht worden naar aanvulling van raadsleden uit de groepen somatiek, familieorganisaties of groepen Overige. De Raad wordt begeleidt door een onafhankelijk voorzitter.

2. Bestuur

In de eerste week van januari is onze zeer gewaardeerde penningmeester, de heer L van Driel, geheel onverwacht overleden. Dit was een hele slag voor de andere bestuursleden. Mevrouw J. de Haas heeft, naast haar functie als secretaris, de werkzaamheden van penningmeester op zich genomen. Het bestuur komt maandelijks bijeen tijdens de bestuursvergaderingen.

Aan het einde van het verslagjaar was het bestuur als volgt samengesteld:

Voorzitter:	Dhr. T. van Heugten
Secretaris/ Penningmeester:	Mevr. J. de Haas
Lid:	Dhr. J. Dankers
Lid:	Dhr. P. Geerts
Lid:	Dhr. H. Kuijpers
Lid:	Dhr. H. van de Leur
Lid:	Dhr. H. Schreurs
Lid:	Dhr. J. Wouters
Aspirant bestuurslid:	Dhr. W. Klaessen

3. Aangesloten groepen

Aangesloten groepen regio Eindhoven

Groepen rond Lichamelijke Gezondheid

Astmafonds afd. regio Eindhoven

CVA “samen verder” Eindhoven Mensen met een herseninfarct en hun partners

Nat.Ver.L.E.-Patiënten Mensen met bindweefselaandoeningen

NVVS Nederlands Vereniging Voor Slechthorenden

Psoriasisvereniging

P.D. groep Mensen met Post-traumatische Dystrofie

Schildklierstichting Nederland Lotgenoten met een schildklierziekte

Lotgenotengroep rond Q-koorts

Groepen rond Seksualiteit:

St. De Kringen Gespreksgroepen voor homoseksuele mannen en vrouwen

Orpheus Huwelijk en homo/bi-seksualiteit

Stichting Transgendergroep Travestie en Trans-seksualiteit

Groepen rond Verslaving:

AA Eindhoven Anonieme Alcoholisten

AGOG Anonieme Gokkers, Omgeving Gokkers

Al-Anon Omgaan met drankproblemen van een ander

Stichting Eetstoornissen Eindhoven

N.A. Anonieme Drugsgebruikers

Norwoord-groep Relatieverslaafden

S.L.A.A. Anonieme seks- en liefdesverslaafden

Stibasa Ex-verslaafden

Stichting Vrouwen en Medicijngebruik

Groepen rond Geestelijke Gezondheidszorg:

Depressiegroep Eindhoven

Depressiegroep Nuenen

Doorwerkgroep Via Mensen met recidiverende depressies, die in de zelfhulpgroep Mindfulness training willen blijven oefenen

Ex-6 Mensen die suïcidepoging(en) hebben ondernomen

Fobie-en Dwanggroep

La Folie Douce Schizofrene en chronisch psychotische mensen

St. Labyrint- In Perspectief Lotgenotengroep voor familieleden en directbetrokkenen van psychische en psychiatrische patiënten

Loopgroep “de Oppeppers” Lopen voor geestelijke gezondheid

Manische Depressieven en Betrokkenen

Gespreksgroep Nabestaanden na zelfdoding

Ypsilon Eindhoven Ouders van psychisch zieken

Overige groepen:

ADHD-café

Ouderver. "Balans"ZO-Brabant

Ouders van kinderen met ontwikkelings-,gedrags- en leerstoornissen

Stichting Down's syndroom van Down

Ouders en familieleden van kinderen met het syndroom

Klankbordgroep

Voor ouders waarvan de kinderen gekozen hebben om het contact met hun ouders te verbreken

Indisch Informatiepunt en Stichting Pelita

Sociale Contactgroep voor mensen met een Nederlands Indische achtergrond

Posithive Dialoog

Mensen met HIV en AID

St. Somalische Gemeenschap

Lotgenotengroep voor Somalische Nederlanders

Aangesloten groepen regio Helmond

Groepen rond Lichamelijke Gezondheid

Afasie vereniging Noord Brabant

Mensen met een spreekgebrek t.g.v. een hersenletsel en hun partners

Inloophuis "De Cirkel"

Mensen met kanker en hun naasten

CVA "samen verder" Helmond

Mensen met een herseninfarct en hun partners

M.S. contactgroep Deurne

Mensen met Multiple Sclerose en hun partners

Stichting Pijn-hoop

Mensen met chronische pijn

Overige groepen:

ADHD-café

Stichting "De Noodkreet"

Jeugdhulpverlening

Vermoeide Held(inn)en

Overactieve mensen die hierdoor op latere leeftijd problemen en klachten krijgen

Zingevingsgroep "De Bron"

Groepen rond Verslaving:

AA Helmond

Anonieme Alcoholisten

Groepen rond Geestelijke Gezondheidszorg:

Depressiegroep Helmond

Lotgenotengroep "Lot-us"

Mensen met psychiatrische problemen

Ypsilon Helmond

Ouders van psychisch zieken