

# ZELFHULP NETWERK

Stichting Zelfhulp Netwerk Zuidoost-Brabant

## Bestuursverslag 2019 Stichting Zelfhulp Netwerk Zuidoost-Brabant

### Samenstelling bestuur Stichting Zelfhulp Netwerk

Het bestuur van de Stichting Zelfhulp Netwerk Zuidoost-Brabant bestond op 1 januari 2019 uit de volgende personen:

Frits Jonkers	-	Voorzitter
Leo van der Zandt	-	Penningmeester
Trudy van der Wielen	-	Secretaris
Henry Molenaar	-	Personele zaken
Diane Vervuurt	-	Lid

In de loop van het jaar trad Henry Molenaar af en werd Bert Spooren als nieuw bestuurslid toegevoegd, in de rol van voorzitter. Frits Jonkers en Diane Vervuurt hebben de functie Personele zaken overgenomen van Henry Molenaar.

### Doelstelling van de Stichting

Het Zelfhulp Netwerk Zuidoost-Brabant heeft een faciliterende rol om het principe van zelfhulp toegankelijk te maken voor iedereen die hiervoor openstaat en ondersteunt zelfhulpinitiatieven met raad en daad op basis van vele jaren ervaring.

### Beleid inzake zelfhulp

De toenemende waardering voor zelfhulp vanuit overheden heeft zich afgelopen jaren doorgezet bij de grotere gemeenten. Bij de kleinere gemeenten ligt dat anders: we zien met name in de Peel dat sommige gemeenten er niet voor kiezen een subsidie voor zelfhulp te continueren. Dat is een zorg.

Bij de verschuiving van de tweedelijnszorg naar de eerstelijnszorg en van deze naar de informele zorg in de sociale basis, wordt verwacht dat mensen in families en buurten en andere sociale verbanden meer voor elkaar zorgen. Mantelzorg, vrijwilligerswerk in de zorg en zelfhulp zijn de voornaamste vormen van informele zorg.

In gemeentelijk zorg- en welzijnsbeleid wordt steeds meer aandacht gegeven aan alle initiatieven die uitdrukking geven aan de zelfredzaamheid en vindingrijkheid van burgers, de zogeheten burgerkracht.

Zelfhulp en lotgenotencontact bieden een welkome aanvulling op het aanbod aan zorg- en hulpverlening. Zelfhulp werkt ontlastend voor reguliere professionele zorg- en welzijnsinstellingen en zorgverzekeraars. Het principe van zelfhulp past uitstekend bij de participatiemaatschappij, waarbij de zelfredzaamheid en burgerkracht centraal staat. Zelfhulp is een duidelijke vorm van burgerkracht en is om die reden ook onderwerp van gemeentelijk beleid.

Gemeenten hebben vanuit de WMO en het lokaal gezondheidsbeleid een taak om informele zorg en dus zelfhulp te ondersteunen. Professionele zorg- en welzijnsorganisaties moeten kennis hebben van de bijdrage die zelfhulp kan leveren aan herstel en zelfregie; ondersteuning van en doorverwijzing naar zelfhulpgroepen dient een onderdeel van hun eigen beleid te zijn.

## Activiteiten ter verwezenlijking van ons beleid

### • *Zelfhulpgroepen van het Zelfhulp Netwerk in 2019*

We onderscheiden vier hoofdthema's voor zelfhulpgroepen:

- lichamelijke klachten;
- verslaving;
- geestelijke gezondheidszorg en psychische ziekten;
- cultuureigen en overige zelfhulpgroepen

De zelfhulpgroepen die wij op de een of andere manier ondersteunen, staan uitgebreid beschreven op de website [www.zelfhulpnetwerk.nl](http://www.zelfhulpnetwerk.nl) en op [www.zelfhulpvoorjongeren.nl](http://www.zelfhulpvoorjongeren.nl)

### • *Aantal zelfhulpgroepen in 2019*

Eind 2019 waren er rond de vier hoofdthema's met 54 verschillende subthema's in totaal 112 verschillende zelfhulpgroepen actief:

aantal zelfhulpgroepen rond lichamelijke gezondheid	35
aantal zelfhulpgroepen rond verslaving	47
aantal zelfhulpgroepen rond geestelijke gezondheid	14
aantal overige en cultuureigen zelfhulpgroepen	16
<b>Totaal</b>	<b>112</b>

Binnen één thematische zelfhulpgroep kunnen er verschillende groepen zijn. Zo zijn er in de regio Zuidoost-Brabant negen verschillende zelfhulpgroepen actief rond het thema "manisch depressief/bipolaire stoornis".

We zien dat het aantal groepen die wij ondersteunen in de afgelopen jaren niet veel veranderd is. Het totaal aantal groepen varieert al een aantal jaren rond de 100 groepen. Dit betekent echter niet dat er geen veranderingen zijn: er houden groepen op te bestaan en er ontstaan nieuwe groepen. Bestaande groepen die te groot worden, kunnen zich splitsen en groepen die in een specifieke gemeente actief zijn, kunnen ook in een andere gemeente opgericht worden. Dat is in 2019 o.a. gebeurd bij de groep voor slechthorenden, onder naam Hoormij. Het ontstaan en verdwijnen van zelfhulpgroepen is een continu proces. Wanneer de groepen niet meer voldoen in een behoefte, verdwijnen ze en worden de groepen opgeheven. In onze jaarverantwoordingen naar gemeenten gaan wij daar nader op in.

In 2019 hebben we 18 startende zelfhulpgroepen ondersteund.

In 2019 zijn er 11 groepen gestopt met het organiseren van bijeenkomsten.

### • *Ondersteunen en faciliteren van zelfhulpgroepen*

We faciliteren en ondersteunen zelfhulpgroepen in "natura". Dat wil zeggen dat we subsidie van verschillende gemeenten in Zuidoost-Brabant krijgen om de hierboven beschreven activiteiten door betaalde krachten en vrijwilligers uit laten te voeren.

Dit houdt in dat zelfhulpgroepen gratis gebruik kunnen maken van de verschillende diensten die we bieden:

- Ruimtes voor de groepsbijeenkomsten.

- Het ontwikkelen en drukken van folders.
- De training en de terugkomdagen voor contactpersonen.
- Workshop voor voorlichters.
- Bijeenkomsten voor alle vrijwilligers en contactpersonen.
- Ondersteuning door de teamleden, aan de contactpersonen en de groep bij inhoudelijke problemen.
- De schakel tussen de hulpvrager en de groepen, waardoor de bereikbaarheid vijf dagen per week gewaarborgd is en de anonimiteit en de privacy voor de contactpersoon gewaarborgd blijft.

### **Personele zaken**

In 2019 hebben we helaas opnieuw veel personele wisselingen en veel ziekteverzuim gehad. Dat heeft evenals vorig jaar een flinke druk op het bestuur geleverd: we hebben hier en daar in moeten springen in operationele zaken en hebben veel tijd besteed aan interne gesprekken, ontslagprocedures en sollicitatieprocedures.

We hebben het proces om te komen tot een zelf organiserend team verder doorgezet. Door een relatief hoog ziekteverzuim en het niet direct kunnen vervangen van zieken, hebben we iets minder personele kosten gehad dan voorzien.

Verder interen op het eigen vermogen is niet wenselijk, reden waarom we het zuinige beleid in 2019 kunnen terugzien als een klein plus in ons financieel jaarresultaat.

Eind 2019 is onze personeelssamenstelling als volgt:

#### ***Ondersteuners:***

Hetty van Asten

Malou Kuijpers

Malou van de Rijt (met zwangerschapsverlof vanaf september 2019)

Mieke Hendrikx

Marcha Verhaeg (vervanging van Malou van de Rijt)

#### ***Administratie:***

Berteke Cornelis

Monique Kool

Voor de boekhouding wordt het team ondersteund door een professioneel accountantskantoor. Vanaf 1 januari 2019 is deze rol overgenomen door Van Gastel & Neijns uit Nuenen.

### **Vrijwilligers**

Het totaal aantal vrijwilligers is nagenoeg gelijk gebleven. Er zijn ruim 170 vrijwilligers actief bij het Zelfhulp Netwerk. Er zijn bijna 150 contactpersonen voor de verschillende zelfhulpgroepen. Daarnaast zijn er zeven kantoorvrijwilligers die werken op de verschillende locaties van het Zelfhulp Netwerk in Best, Eindhoven en Helmond. Ruim 30 door het Zelfhulp Netwerk getrainde vrijwilligers zijn beschikbaar om voorlichting over zelfhulp te geven. Vijf

trainers verzorgen de training ten behoeve van het starten van een nieuwe zelfhulpgroep. En ook de leden van de Raad van Zelfhulp en het Bestuur zijn allemaal vrijwilligers.

### **Samenwerking**

De samenwerking met Nei Skoen in Helmond is gecontinueerd, met de LEV-groep in Helmond is nauwere samenwerking in gang gezet.

In Eindhoven is er wederom actief ingezet op de samenwerking binnen de informele zorg. Eén van de veranderingen die heeft plaatsgevonden is de overgang van “kernteam informele zorg” (KIZ) naar SIZO-040, waarin met betrokken partijen gewerkt wordt aan een gezamenlijk platform om informele zorg in Eindhoven te optimaliseren.

In Best is intensief ingezet op het geven van voorlichting om bekendheid over zelfhulp te vergroten bij netwerkpartners en inwoners.

We hebben als bestuur met enige regelmaat overleg gevoerd met de verschillende gemeenten waar wij subsidie van ontvangen; Eindhoven, Helmond, Best, Veldhoven, Deurne, Laarbeek, Someren en Gemert-Bakel.

We hebben in 2019 meerdere malen overleg gevoerd met SupportPunt, niet alleen vanwege inhoudelijke zaken, maar ook over huisvestingskansen in de stad Eindhoven.

### **Huisvesting**

Het Zelfhulp Netwerk is fysiek te vinden op drie locaties in de regio Zuidoost-Brabant. Mensen kunnen daar binnenlopen zonder afspraak.

De hoofdvestiging van het Zelfhulp Netwerk is sinds 1 januari 2018 gehuisvest in Pastoriestraat 147. In Eindhoven is het kantoor iedere werkdag open van 09.00 tot 16.00 uur. In Helmond is er 2 dagdelen per week een ondersteuner werkzaam geweest in onze dependance die gevestigd is, in het Claraklooster, waar ook de GGZ Oost-Brabant is gehuisvest. In Best is er iedere donderdagmiddag een ondersteuner aanwezig in Bestwijzer, een gezamenlijke huisvesting van verschillende zorg- en welzijnsorganisaties. De aanpak in Best spreekt ons erg aan: vanuit inhoudelijke betrokkenheid wordt de samenhang tussen de verschillende organisaties die gebruik maken van Bestwijzer gestimuleerd. Dat werkt.

### **Perspectief 2020**

In 2020 zullen we vanuit een volledige personele bezetting en een stabiele bestuurlijke samenstelling vooral werken aan een aantal noodzakelijke verfijningen van ons interne beleid. In 2019 hebben we het Vrijwilligersbeleid aangescherpt, een Klachtenprocedure opgesteld en de AVG geformuleerd. In 2020 zullen we in ieder geval het functioneren van de zelforganisatie van ons team evalueren.

We zullen in 2020 de in 2011 opgestelde samenwerkingsovereenkomsten (convenanten) met diverse samenwerkingspartners weer reactiveren. Dat was geagendeerd voor 2019, maar dat is helaas niet gelukt. We gaan ons richten op meer en duidelijker aanbod in de Peelgemeenten waar we nog wel subsidie krijgen en gaan een aantal randgemeenten van Eindhoven benaderen, waarbij we de mogelijkheden verkennen om zelfhulp te implementeren.

### **Overige**

Het bestuur heeft in 2019 geen wijzigingen in de statuten aangebracht. Er zijn geen besluiten genomen die verregaande financiële gevolgen hebben. Er zijn geen voornemens om tot

belangrijke koerswijzigingen te komen. Ten aanzien van het positieve resultaat 2019 en daarmee het toenemen van de algemene reserve heeft het bestuur de opdracht om deze reserve beperkt te houden, hetgeen betekent dat de taakstellingen die onze financiers ons geven leidraad zijn bij de besteding ervan.

Het bestuur, april 2020



B. Spooren, voorzitter